

# b-post

Nummer 2/17



## Freiwillig engagiert

Es sind oft die erfreulichen und ermutigenden Nachrichten, die in der Flut von Katastrophenmeldungen unterzugehen drohen. Heben wir es hier also hervor, dass

... rund ein Viertel der Schweizerinnen und Schweizer (über 15 Jahre) sich in einem Verein oder einer Organisation freiwillig engagieren.

... der Prozentsatz bei Menschen, die sich in der Nachbarschaft oder in Familienstrukturen – also informell – engagieren, bei 38 Prozent der Bevölkerung liegt.

... 70 Prozent der Schweizerinnen und Schweizer angeben, für gemeinnützige Zwecke Geld zu spenden.

Diese Zahlen zeigen: Es existiert noch, das freiwillige Engagement in der Schweiz, das den Zusammenhalt der Gesellschaft stärkt.

Doch was haben diese statischen Angaben aus dem schweizerischen Vereins- und Nachbarschaftsleben<sup>1</sup> nun mit Contenti als durchgeplanter und professioneller Organisation zu tun?

Die Antwort lautet: Zunehmend mehr! Jedoch nicht so, wie sich dies Sparpolitiker manchmal vorstellen und sich äussern: Freiwillige sind keine Alternative und kein Ersatz für bezahlte Fachpersonen. Ihre Tätigkeit ist aber eine qualitativ wertvolle Ergänzung und Bereicherung der professionellen Hilfe, denn das Beziehungsnetz vieler Personen mit einer Einschränkung ist sehr dünn geknüpft. Neben der Ursprungsfamilie spielen oft die Fachpersonen dabei die wichtigste Rolle. Doch dies hat Auswirkungen: Wie fühlt es sich wohl an, fast ausschliesslich mit Menschen in Kontakt zu stehen, die dafür bezahlt werden? In dieser möglichen Einseitigkeit oder Abhängigkeit können freiwillig engagierte Personen eine willkommene Ergänzung sein. Und jeder Kontakt mehr ist eine Stärkung des oft prekären Beziehungsnetzes. Der Freundeskreis der Stiftung Contenti hat dies erkannt und im Betrieb ein Projekt dazu initiiert. Diese **b-post** widmet sich der Freiwilligenarbeit in der Contenti, und wer weiss, vielleicht animiert es Sie, über Ihr eigenes gesellschaftliches Engagement nachzudenken?

Bruno Ruegge, Geschäftsleiter

<sup>1</sup> Quelle: Schweizerischer Freiwilligenmonitor, 2016

---

«Toll, dass es den  
Englischkurs gibt.»

Peter B., Bewohner

---

«Ohne Freiwillige käme ich nicht ins Hallenbad – schön, dass es Coco gibt!»

Peter B., Bewohner



«Einen freiwilligen Beitrag für Menschen in unserer Gesellschaft zu leisten, ist für mich eine Selbstverständlichkeit. Ehrenamtliche Arbeit ist eine Bereicherung. Sie gibt Einblick in ganz unterschiedliche Lebenswelten und ermöglicht mir, gemeinsam mit anderen mitzugestalten und aktiv zu sein.»

Ruth Fuchs-Scheuber,  
Stiftungsratspräsidentin Contenti

Die Fotos in dieser b-post sind auf unserem diesjährigen Ausflug nach Solothurn entstanden.

## Freiwilligenarbeit in der Contenti

Contenti hat vor fünf Jahren ein Pilotprojekt initiiert, das sich der Freiwilligenarbeit widmete. Die positiven Erfahrungen haben uns dazu ermutigt, das Projekt weiterzuvollziehen und auszubauen.

Aktuell sind es fünf Personen, die in unterschiedlichen zeitlichen Abständen Einsätze leisten und so das Arbeiten und Wohnen in der Contenti bereichern. Im Bereich Wohnen wird beispielsweise gemeinsam gekocht oder gespielt. Ein Bewohner wird zum Schwimmen begleitet und es gibt einen Englischkurs für Interessierte. Begleitungen für besondere Anlässe finden sich ebenfalls auf der Liste der möglichen Einsätze. Im Bereich Arbeit unterstützt ein Freiwilliger die Mitarbeiter individuell bei PC-Anwendungen. So vertiefen unsere Mitarbeiter die Kenntnisse am Computer und üben Neues ein.

### Kontakte und Lebensqualität

All diese Angebote von Freiwilligen zusammen ergeben einen bunten Strauss an Themen einerseits und Kontaktmöglichkeiten andererseits. Kurz: Die Lebensqualität wird gesteigert und differenzierter. Den dazu nötigen Aufwand bei der Suche, Einführung und Begleitung der Freiwilligen leisten wir aufgrund der positiven Entwicklungen gerne. Wir bleiben dran. Sind Sie selber an einem freiwilligen Engagement interessiert?

Frau Ursula Berger, Gruppenleiterin Wohnen, gibt Ihnen gerne Auskunft: 079 255 28 18.

### Ehrenamtlich engagiert

Neben der freiwilligen Arbeit in der Begleitung kennt Contenti von Anfang an das unbezahlte ehrenamtliche Engagement in den Gremien: Sowohl die Stiftungsrätinnen und -räte von Contenti und Pro Contenti als auch der Vorstand des Freundeskreises arbeiten freiwillig und unentgeltlich.

All diesen Leuten – ob als Freiwillige oder im Ehrenamt – danken wir von Herzen. Dieses zivilgesellschaftliche Engagement bereichert die professionelle Sichtweise der Organisation.

## «Du yu spick englisch?»

Die HR-Fachfrau Maria-José Piantoni arbeitet seit einem Jahr als Freiwillige im Bereich Wohnen der Stiftung Contenti. b-post sprach mit ihr über dieses Engagement.

**b-post: Frau Piantoni, weshalb engagieren Sie sich neben Familie und anspruchsvollem Beruf noch freiwillig – sind Sie ein Workaholic?**

Maria-José Piantoni: Nein, überhaupt nicht. Vielleicht kann man sagen, dass ich in meinem Leben noch nach mehr Sinn such(t)e. Ich habe mich ganz gezielt nach einer freiwilligen Arbeit umgeschaut. Freiwilligenarbeit ist mein persönlicher Beitrag an die Mitmenschen. Man kann im Kleinen etwas verändern, tut etwas für sich und andere. Ich suchte eine Tätigkeit, worin die Verwirklichung meiner Werte im Vordergrund steht, etwas, was mein Leben bereichert und mir einen Ausgleich zum Arbeits- und Familienalltag gibt. Und ja, ich finde es spannend, in ein neues, mir unbekanntes Arbeitsfeld hineinzusehen.

**War es von vornherein klar, sich für Menschen mit Einschränkungen zu engagieren? Es gibt ja viele Bereiche, die um Freiwillige buhlen oder auf sie warten?**

Es fühlte sich irgendwie einfach am besten an. Seit meiner Berufswahl als Jugendliche hatte ich den Care-Bereich, wenn auch nur weit aussen, auf dem Radar. Ja, es war klar und stimmig, ein Bauchgefühl oder besser gesagt eine Herzensangelegenheit. Ich generiere Sinn, es macht Spass. Diese Freiwilligenarbeit bringt neue Erfahrungen und Begegnungen mit interessanten Menschen, und dabei entdeckt man ungewohnte Horizonte.

### Was machen Sie konkret in der Stiftung Contenti?

Da man in meinem «Bewerbungsdossier» offenbar meine Affinität zu Sprachen entdeckte, schlug man mir vor, diese einzubringen. Nun biete ich zwei bis drei Mal pro Monat einen Englischkurs an. Dies tue ich in zwei verschiedenen Kleingruppen mit unterschiedlichen Niveaus – eine Herausforderung! Und seit wir Youtube-Filme als Hilfsmittel entdeckt haben, haben wir noch mehr Spass daran. Die Tätigkeit ist für mich eine Entschleunigungs- und Achtsamkeitsübung, da man ganz im Augenblick ist. Ganz anders also als in meinem Beruf, wo ich ständig auf das Erreichen von übergeordneten Zielen und auf Leistungserbringung fokussiert bin. Hier in der Contenti bin ich absolut frei im Gestalten des Kurses – diese Autonomie ist attraktiv und motivierend.

**Hatten Sie in dieser Zeit ein besonders eindrückliches Erlebnis?**

Mein Highlight – und ich glaube, es war auch das der Bewohnerinnen und Bewohner – war der Besuch des Oktoberfestes. Ich konnte mir nicht vorstellen, wie man im Rollstuhl rhythmisch tanzt. Und wie das geht! Wir haben gesungen, geschunkelt und getanzt, was das Zeug hält. So wurden wir ganz selbstverständlich ein Teil dieser Festgesellschaft. Ja, das war schon eindrücklich.

Mich hat aber auch die Offenheit und Herzlichkeit fasziniert, die man mir hat zukommen lassen. Zudem hat mich wirklich beeindruckt, mit welcher Freude die Menschen in der Contenti ihren Alltag meistern.



«José macht es super!»

Toni E. und Christof H., Bewohner

**Wie gestaltet sich die Zusammenarbeit mit den Contenti-Fachpersonen?**

Das verläuft unkompliziert und ich erlebe die Fachpersonen als sehr unterstützend. Man spürt, dass sie einen guten Draht zu den Bewohnerinnen und Bewohnern haben, das vermittelt auch mir als Neuling Sicherheit.

**Was sagt Ihr Umfeld zu Ihrem Engagement?**

Da gehen die Reaktionen ziemlich weit auseinander. Das reicht von Unverständnis – Aussagen wie: Hast du Zeit zu verschenken? Was, gratis arbeiten? – bis zu Glorifizierung, etwa wenn jemand sagt: Das könnte ich nie.

Die Unsicherheit ist bei vielen spürbar und man versucht dann beispielsweise mit einem finanziellen Engagement seiner Verantwortung gerecht zu werden. Für mich jedoch ist die direkte Hilfe der Weg, der für mich stimmt und der auch mein Leben bereichert.

**Und für Sie selbst, wie sieht die Jahresbilanz aus? Wurden Ihre Erwartungen erfüllt?**

Das Leben ist ja viel komplexer, als dass man Veränderungen nur einem einzigen Umstand zuschreiben könnte. Ich habe in dieser Zeit einiges erreicht: So fühle ich mich gelassener und kann besser und öfter loslassen. Auch eröffneten die Erlebnisse eine andere Sichtweise auf eigene Unzulänglichkeiten.

Und das Schöne daran: Ich kann es so lange machen, wie es mir – und den anderen – Spass macht. Meine Existenz hängt nicht davon ab. Diese Freiheit gibt mir ein gutes Gefühl. Ich mache etwas, hinter dem ich vollständig stehen kann.

**b-post: Herzlichen Dank für das Gespräch – und vor allem auch für das grosse freiwillige Engagement!**

## Vitamin B für Contenti

Die Idee des Freiwilligeneinsatzes stammt vom Freundeskreis der Stiftung Contenti. Der Freundeskreis hat sich überlegt, wie er Contenti noch wirksamer unterstützen könnte und kam schliesslich auf die Freiwilligenarbeit – ein sinnvoller und förderlicher Ansatz. Sinnvoll und förderlich aus mehreren Gründen: Einerseits sind Menschen mit Behinderungen und ihre Organisationen meist finanziell nicht auf Rosen gebettet. Andererseits verfügen sie oft über weniger «Vitamin B», also über weniger Beziehungen und ein weniger umfangreiches tragfähiges soziales Netz als andere.

Sind Sie noch nicht Mitglied im Freundeskreis? Der Verein<sup>1</sup> Freundeskreis unterstützt Contenti ideell und finanziell. Er möchte das Verständnis und die Sensibilität für die Bedürfnisse von Menschen mit einer Behinderung in der Öffentlichkeit fördern und Contenti bekannter machen. Durch den Freundeskreis sollen Aktionen und Projekte ermöglicht werden, die durch die ordentlichen Mittel von Contenti nicht finanziert werden können. Ihre Mitgliedschaft freut uns sehr; telefonieren, mailen oder schreiben Sie uns!

## Mit dem Lift ins Himmelrich

Maria-José Piantoni hat es im Interview ausgesprochen: Freiwillige Mitarbeit ist nicht jedermanns Sache. So gibt es Lebensabschnitte, in denen beim besten Willen schlicht keine Zeit dafür freizuschaukeln ist. Aber auch ein ehrenamtliches Engagement in einem Vereinsvorstand oder in einem Stiftungsrat passt nicht in jede Lebenssituation. Wie kann man sich in solchen Situationen gesellschaftlich engagieren? Sie ahnen es: Wir spielen auf Ihr Portemonnaie ...

Auf der Crowdfunding-Plattform der LUKB läuft seit dem 9. November 2017 eine Sammelaktion, um die Mehrkosten der Lifte in rollstuhltauglicher Grösse im Himmelrich zu finanzieren. Weshalb wir für den Lift Geld benötigen, erklärt dort ein witziger Film mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern. Helfen Sie mit Ihrem Beitrag bitte mit, damit das Geld zusammenkommt, herzlichen Dank!

Dieser **b-post** liegt eine Ansichtskarte bei, mit der auf die Aktion aufmerksam gemacht wird. Unsere Bitte an Sie: Schenken Sie diese mit einer Spendenempfehlung einer Freundin oder einem Freund.

→ [www.funders.ch/projekte/contenti](http://www.funders.ch/projekte/contenti)



Auch Mani Matter hat sich einmal ausführlich Gedanken zum Thema Verein gemacht und darüber einen wunderbaren Liedtext geschrieben:

**Mir hei e Verein, i ghöre derzue  
Und d'Lüt säge: Lue dä ghört o derzue  
Und mängisch ghören i würklech derzue  
Und i sta derzue.**

**Und de gsehn i de settig, die ghöre derzue  
Und hei doch mit mir im Grund gno nüt z'tue  
Und anderi won i doch piess derzue  
Ghöre nid derzue.**

**Und ou was si mache, die wo derzue  
Tüe ghöre, da standen i nid geng derzue  
Und mängisch frage mi d'Lüt: Du lue  
Ghörsch du da derzue?**

**Und i wirde verläge, sta nümm rächt derzue  
Und dänken: O blaset mir doch i d'Schue  
Und gibe nume ganz ungärn zue:  
Ja i ghöre derzue.**

**Und de dänken i albe de doch wider: lue  
S'ghört dä und dise ja ou no derzue  
Und de ghören i doch wider gärn derzue  
Und i sta derzue.**

**So hör i derzue, ghöre glych nid derzue  
Und stande derzue, stande glych nid derzue  
Bi mängisch stolz und ha mängisch gnue  
Und das ghört derzue.**

**Mir hei e Verein, i ghöre derzue  
Und d'Lüt säge: Lue dä ghört o derzue  
Und mängisch ghören i würklech derzue  
Und i sta derzue.**

<sup>1</sup> Der Verein ist die klassische Form, um Menschen zusammenzubringen. Einen Verein vorwärtszubringen ist jedoch alles andere als einfach. Viele spannende Hinweise und einfache Hilfsmittel dazu finden sich auf der Website [www.vitaminb.ch](http://www.vitaminb.ch).

## IMPRESSUM

Herausgeberin: Contenti, Luzern; [www.contenti.ch](http://www.contenti.ch)  
Redaktion: [b-post@contenti.ch](mailto:b-post@contenti.ch)  
Auflage: 4800 Ex., erscheint 2-mal jährlich  
Abonnement: Für Gönnerinnen und Gönner im  
Spendenbetrag ab CHF 5.– enthalten  
Lektorat/Korrektorat: Nicole Habermacher, Luzern  
Fotografien: Andrea Portmann, Luzern  
Illustration: Tizian Merletti, Luzern  
Grafik: André Meier und Franziska Kolb, Luzern  
Druck: Gamma Print, Luzern