

Heidi Lehner, Jürg Conzett (Hrsg.)

Conzett Verlag



Zeit macht reich

Nachbarschaftshilfe mit Zeitgutschriften

Zeit macht reich

Zeit macht reich

Nachbarschaftshilfe mit Zeitgutschriften



Zeit bleibt wertvoll

Impressum

Alle Rechte vorbehalten: Kein Titel dieses Werks darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung der Herausgeber reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt und verbreitet werden.

© 2017 Conzett Verlag, Zürich

Herausgeber Heidi Lehner, Jürg Conzett

Idee und Konzept Heidi Lehner, Ursula Kohler

Interviews Heidi Lehner

Transkription Christa Kaps

Textbearbeitung Carolina Krieger, Katinka Ruffieux

Lektorat Carolina Krieger, Katinka Ruffieux

Fotografie Mirjam Bollag Dondi

www.mirjamphotography.com

Grafische Gestaltung Claudia Neuenschwander

www.claudianeuschwander.ch

Foto Rückseite Standbild aus KISS-Film (COUPDOEIL productions) auf www.generationen-dialog.ch

Druck CPI – Ebner & Spiegel, Ulm

Printed in Germany

ISBN 978-3-03760-045-0

www.conzettverlag.ch

Inhalt

Vorwort 7

Einleitung 8

KISS, was ist das? 10

Ich fühle mich so glücklich in der eigenen Wohnung 20

Nachbarschaft 23

Es ist lustig und traurig zugleich 32

Erste und weitere Schritte 35

Kochen? Dann brauchen wir Sie unbedingt! 42

Geben und Nehmen 46

Ich möchte dich auf jeden Fall behalten 54

Zeit gutschreiben 57

Ich höre besonders gerne zu 66

Gemeinsam mit anderen wachsen 68

Zeit ist unbestechlich 76

Wohlbefinden 79

Etwas weitergeben 88

Mit dem Herzen denken 90

Dank 94

«KISS ist eine gute Nachbarschaftshilfe, auch wenn sie mit dem Wohnnachbarn nicht unbedingt zu tun hat. Es hilft einfach jemand, gleichgültig, ob er von nebenan, aus demselben Haus oder von irgendwoher kommt.»

Vorwort

Als Trägerstiftung des MoneyMuseums will die Sunflower Foundation zu einer vertieften Auseinandersetzung mit Geld anregen. In den ersten Jahren ihres Bestehens lagen die Schwerpunkte auf der Geschichte des Geldes sowie auf psychologischen und philosophischen Fragen. Heute denkt die Sunflower vor allem über wirtschaftliche und gesellschaftliche Zusammenhänge nach. Sie hinterfragt unser Verständnis von Geld und sucht nach Alternativen.

In diesem Zusammenhang interessiert und engagiert sie sich für den Zeit- und Talenttausch. Den Aufbau der KISS-Genossenschaften hat sie von Anfang an mit ihrem Knowhow begleitet und unterstützt.

Die Welt hängt heute in einem geradezu unvorstellbaren Mass von Geld ab. Das prägt die Form unserer Beziehungen, denn Geld tritt als Vermittler zwischen die Menschen. In Projekten wie KISS begegnen sich die Menschen hingegen unmittelbar mit ihren Vorstellungen und Emotionen. Diese Beziehungen sind immer wieder anders. Die einen wollen sich nicht zu eng verpflichten und lassen sich lieber auf einmalige Einsätze ein. Andere suchen den regelmässigen Kontakt. Manchmal entstehen sogar Freundschaften.

Einander Zeit schenken fördert den Zusammenhalt. Ein Wunsch, den immer mehr Menschen verspüren.

Jürg Conzett

Gründer der Sunflower Foundation

Einleitung

8 «Ich profitiere von Willis Ortskenntnis und Willi profitiert von meinen Augen», sagt der 72-jährige Jörg, teilpensionierter Pfarrer. Zusammen mit dem 81-jährigen Willi, der vor 55 Jahren erblindet ist, bildet er ein gutes Team. Tandem wird es bei den KISS-Genossenschaften genannt: Hier helfen und unterstützen sich die Mitglieder gegenseitig – ohne Geld. Allein die dafür aufgewendete Zeit wird notiert. Die Nachbarschaftshilfe mit Zeitgutschriften gibt es seit vier Jahren. Angefangen hat sie mit drei Genossenschaften in der Zentralschweiz – inzwischen sind es neun. Laufend kommen weitere dazu. Die Idee ist bestechend. Man bekommt zurück, was man gibt: Zeit.

Die Nachbarschaftshilfe mit Zeitgutschriften besteht aus lokal organisierten, überschaubaren Genossenschaften. Diese Genossenschaften sind wiederum im Verein KISS Schweiz zusammengeschlossen, um den schweizweiten Aufbau voranzutreiben und das Projekt gemeinsam weiterzuentwickeln. Die Genossenschaft ZEITGUT Luzern ist

ebenfalls Teil dieses schweizweiten Projekts. Damit es mit den Tandems klappt, ist eine Koordinatorin angestellt, welche die Leute zusammenbringt. Dieses Dreieck, Koordinierende – Nehmende – Gebende, bildet den Dreh- und Angelpunkt jeder Genossenschaft, damit die Genossenschafterinnen und Genossenschafter das tun können, was sie bei KISS tun: einander gegenseitig im Alltag unterstützen oder in Notsituationen helfen.

Wir wollten wissen, welche Erfahrungen sie dabei machen und wie sie die Zukunft von KISS einschätzen. Darum haben wir sieben Genossenschaften besucht und mit den Beteiligten gesprochen. Mirjam Bollag Dondi hat während der Interviews fotografiert. Als Geschäftsleiterin der Sunflower Foundation bin ich das neugierige Gegenüber bei den Gesprächen gewesen. Aus diesen Erzählungen haben Carolina Krieger und Katinka Ruffieux acht Gespräche herausgelöst und zu Geschichten verarbeitet. Zusätzlich haben wir sieben thematische

Text-Bild-Collagen geschaffen, dabei begegnen sich Zitate und Bilder meist zufällig.

Ohne das Miteinander von vielen Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten wäre dieses Buch nicht entstanden – und ohne dieses Miteinander gäbe es KISS nicht. Allen Beteiligten ist am Ende des Buches ein herzliches Dankeschön gewidmet.

Zeit macht reich – vor allem, wenn man sie anderen schenkt und mit ihnen teilt. Teilen kann man auch anderes, so wie es die Stiftung Generationen-Dialog tut. Sie überlässt uns den Titel ihrer Kampagne **Zeit macht reich** für dieses Buch, damit die Idee einer Nachbarschaftshilfe mit Zeitgutschriften in der ganzen Schweiz Alt und Jung zum Mitmachen motiviert.

Heidi Lehner

Geschäftsführerin der Sunflower Foundation und
Mitgründerin von KISS Schweiz

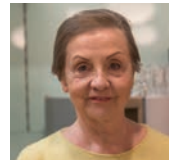
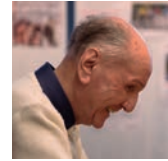
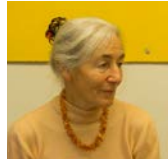
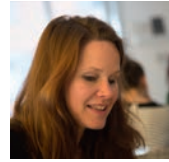
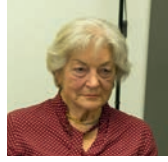
Zürich im April 2017

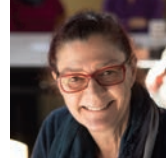
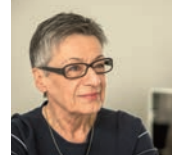
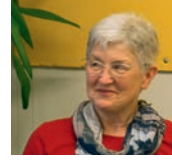
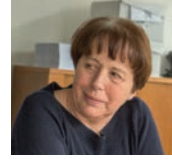
KISS, was ist das?

10

«KISS ist ein Geben und Nehmen. Wir helfen einander in Situationen, in denen jemand nicht mehr weiter weiss, oder wenn etwas nicht mehr geht.»









Zeit bleibt wertvoll



«Den Namen KISS finde ich prima. Für die meisten Leute klingt er komisch: <Was machst du da? Küssen?> <Nein, K-I-S-S heisst: Keep it small and simple.> <Ja, was heisst das nun wieder?> Schon durch den Namen kommt man mit den Menschen ins Gespräch.»

«Der Name ist nicht einfach zu verstehen. <Was?> <Wie heisst das?> <Was ist das, bei dem du dabei bist?> Wir haben uns überlegt, wie wir das ändern könnten. In Luzern heisst die Genossenschaft ZEITGUT.»



«Mir hat meine Frau seinerzeit erklärt: Das ist eine Organisation, bei der man seine Zeit investieren kann, die man später wieder zurückbekommt.»



«KISS ist eine strukturierte Nachbarschaftshilfe, bei der man für Tätigkeiten kein Geld bekommt. Die geleistete Hilfe wird über die Zeitgutschriften, die man selber wieder verwenden kann, ausbalanciert.»



«KISS ist eine Nachbarschaftshilfe für Jung und Alt, die von anderen Organisationen nicht abgedeckt wird. Die Hilfe besteht zum Beispiel im Einkaufen oder Bilderaufhängen.»

**«Es gibt Leute, die sagen:
«Das braucht's doch nicht.
Ich kenne genügend
Menschen, die mir helfen.»
Aber es geht ja nicht nur
um mich selbst. Es geht
ums Ganze, um den
Zusammenhalt, die Idee,
die dahintersteckt.»**



«KISS ist ein Geben und
Nehmen mit 100 Franken
Eintritt. Mich reut es nicht.»

Ich fühle mich so glücklich in der eigenen Wohnung

20

Anita Zellweger, die sich mit 82 Jahren als AHV-Teenager bezeichnet, besucht die sieben Jahre ältere Josy Odermatt-Barmettler einmal in der Woche. Die zwei Frauen machen je nach Wetter einen Spaziergang, eine Autofahrt oder treffen sich zum Vorlesen. Josy Odermatt-Barmettler lebt alleine zuhause, auch wenn sie kaum noch etwas sieht und ihre Umgebung nur in Umrissen wahrnimmt.

Josy Odermatt-Barmettler eröffnet das Gespräch: «Anita kommt und das Erste, was sie sagt, ist: <Josy, möcht'sch en Tee?> Sie spürt einfach, was ich brauche, und wenn ich manchmal müde bin und die Augen schliesse, dann versteht sie das. Wir haben uns von Anfang an gut verstanden.»

Müsste Josy Odermatt-Barmettler KISS beschreiben, würde sie sagen, dass es eine Organisation ist, die ziemlich neu und sympathisch ist. Sie selbst ist durch ihre Tochter zu KISS gekommen, die davon gehört hat und ihr immer sagte: «Muetti, du vereinsamisch. Das goht doch ned.»

«Und jetzt ist es gut gekommen, das muss ich schon sagen. Ich freue mich immer, wenn Anita kommt. Man spürt ja sofort, ob es passt.»

Anita Zellweger wiederum findet es eine gute Sache, wenn man etwas für andere tun kann, was einem auch wieder etwas gibt. Sie sei einfach da und mache, was nötig sei und was sie noch machen könne. «Ich

würde auch ohne Zeitgutschriften zu Josy gehen, aber ich bin froh darum. Ich bin alleine, ich habe keine Verwandten hier und bin sicher froh, wenn ich einmal jemanden habe, der nach mir schaut. Für mich ist es aber kein Tauschhandel. Zeitgutschriften sind ein guter Nebeneffekt, sie sind jedoch nicht ausschlaggebend.»

Auf die Frage, ob es ihrer Ansicht nach einen Unterschied macht, ob Frau Zellweger Stunden gutgeschrieben bekommt oder nicht, antwortet Josy Odermatt-Barmettler:

«Die Frau muess jo äu läbe. Und wenn sie so zufrieden ist, ist das ja schön. Es gibt mir ein gutes Gefühl.»

Auf den Unterschied zu einer guten Nachbarschaft angesprochen, betont Anita Zellweger, dass sie die Beziehung der beiden als eine Freundschaft bezeichnen würde, die über das Nachbarschaftliche hinausgeht.

Etwas schätzt Josy Odermatt-Barmettler ganz besonders: Das Alter sei schön, wenn man in der eigenen Wohnung bleiben könne. «I fühl mi so glücklich i de eigene Wohnig.»

Die Frage, ob es noch etwas gibt, worüber nicht gesprochen wurde, ist schnell beantwortet:

«Es isch alles gseit.»

«Du los, Anita, en Cynar! Chönntisch ned es paar Cynar mache?»





Nachbarschaft

«Wenn du deinem
Nachbarn hilfst,
ist das etwas Selbst-
verständliches.
Aber wenn du auf
jemanden zugehen
sollst, den du nicht
kennst, dann ist
das ein Sprung ins
Ungewisse.»



«Wir leben hier in der Siedlung die Nachbarschaft im Kleinen. ZEITGUT hat eine grössere gesellschaftliche Auswirkung. Es ist mir ein Anliegen, dass wir uns als Gesellschaft mit dem Älterwerden auseinandersetzen. Wenn man nur kleine Einschränkungen hat und nicht ins Pflegeheim möchte, kann ZEITGUT einspringen.»

«Bei uns gilt es, das Handwerk nicht zu konkurrieren. Deshalb erledige ich kleine Arbeiten, aber grössere sind klar Handwerkersache. Da muss man Grenzen setzen.»



«Einmal sass ich auf der Treppe und habe Wanderschuhe geputzt. Da kamen zwei Nachbarn und gesellten sich dazu. Plötzlich haben wir zu dritt geputzt und über Gott und die Welt geredet. Ich habe das so geschätzt.»



«Ich kenne fast keine Nachbarn. Gerade mal von denen im gleichen Stock kenne ich die Namen, von allen anderen im Haus nicht. Es wäre echt schwierig Hilfe anzubieten oder zu erhalten. Ich wüsste es nicht, wenn jemand ein Problem hätte.»



«Wenn ich das Gefühl hätte, ausgenutzt zu werden, dann würde ich Nein sagen.»





«Ich beobachte in der Nachbarschaft und in der eigenen Verwandtschaft, wie einsam viele Leute sind. Es fehlt oft nicht viel und sie würden vielleicht Hilfe annehmen, getrauen sich aber nicht zu fragen. KISS hilft, den ersten Schritt zu machen, auf die Leute zuzugehen und den Kontakt zu suchen.»

«Es muss klare Abmachungen geben. Man kann zum Beispiel sagen: ‹Ich komme zum Einkaufen, das mache ich gerne. Aber dann gehe ich wieder.› Wenn es Grenzen und Abmachungen gibt, dann fühlen sich beide geschützt.»

**«In unmittelbarer Nachbar-
schaft leben die Menschen
im selben Haus oder in
direkter Umgebung. Für
mich ist ein guter Nachbar
jemand, der mir anbietet:
«Du, gäll, wenn öppis isch,
dänn chasch lüte.»»**

«Als die Kinder noch klein waren, hatten wir sehr gute Kontakte zur Nachbarschaft. Danach wurde es ruhiger. Es gibt Quartiere, in denen die Menschen zusammen Feste feiern und sich gegenseitig unaufgefordert helfen. Es gibt aber auch andere – es gibt halt einfach beides.»



Es ist lustig und traurig zugleich

Markus FÜRER (68) stellt sich einer Herausforderung der besonderen Art. Der Pensionierte aus Luzern, ehemals in der Baubranche tätig, betreut seit einem Jahr wöchentlich einen Demenzkranken. Dem Betroffenen kurze Momente der Freude zu schenken, empfindet er als erfüllende Aufgabe.

Mittagessen kochen, gemeinsam spazieren gehen, miteinander singen – Markus FÜRER hat sich bewusst entschieden: «Wenn ich einmal Ja gesagt habe, mache ich es auch.» Jeden Donnerstag isst er mit einem dementen Senior zu Mittag. Sie lesen die Zeitung, schwatzen oder lösen Kreuzworträtsel. «Es ist nicht immer einfach», erzählt er. Sein Gegenüber kennt ihn zwar, ist aber nicht mehr in der Lage, ein richtiges Gespräch zu führen. Die Initiative muss Markus FÜRER ergreifen. Trotzdem ist die Freude jedes Mal gross, wenn er zu Besuch kommt. Manchmal gehen beide zum «Isebähnle» in den Keller. Kindheitserinnerungen bleiben bei Demenzkranken oft erhalten, auch wenn andere Dinge verloren gehen.

Zwischen den beiden Männern gibt es sehr intensive Momente. «Einmal wollte er sterben», schildert Markus FÜRER. «Er hat geweint und gespürt, dass seine Situation ausweglos ist. Eine Viertelstunde später hat er alles wieder vergessen. Ich habe ihn in dieser Situation ernst genommen, ihn verstanden. Manchmal zieht er sich in seine Welt zurück. Er sitzt da, den Kopf gebeugt und schaut zu Boden. Dann ist er ganz weit weg, wie im Nebel. Dieses Bild wird mir

bleiben. Ab und zu denke ich, wenn ich an seiner Stelle wäre ...»

Seine Hilfe hat Markus FÜRER schon immer in der Nachbarschaft angeboten. Es ist für ihn und seine Familie selbstverständlich, nach den älteren Mitbewohnern zu schauen. Dienstleistungen wie Bäume-schneiden oder Putzen verweigert der Rentner allerdings. Da kommt man schnell an die Grenze des Ausnutzens. Auch in Bezug auf die Betreuung seines Schützlings hat er darüber nachgedacht. Wird die Nachbarschaftshilfe hier überbeansprucht? Markus FÜRER weiss, dass die Ehefrau den Lebensunterhalt des Paares verdienen muss. «Wenn ich helfe, kann sie arbeiten gehen. Ich fühle mich nicht ausgenutzt.»

Die Idee von ZEITGUT hat ihn überzeugt. Markus FÜRER ist ein Mann, der Initiative zeigt und etwas auf die Beine stellt. Er will sein Umfeld sensibilisieren. «Angesichts der steigenden Zahl älterer Menschen sind wir auf gegenseitige Unterstützung angewiesen.» Ob er sein eigenes Zeitguthaben einmal in Anspruch nehmen wird, kann er sich noch nicht recht vorstellen. «Aber es wäre schön, wenn jemand kommt und mir Mittagessen kocht, sollte es mir einmal schlecht gehen.»

Markus FÜRER verhilft Bedürftigen zu mehr Lebensqualität und gewinnt dabei jedes Mal ein bisschen an Lebensweisheit: «Es ist lustig und traurig zugleich. So ist das Leben. Das ist das Spannende. Es isch's Läbe.»





Erste und weitere Schritte

«Um Hilfe bitten
wenige, in der Regel
sind es die Ange-
hörigen. Wenn dieser
erste Schritt getan
ist, sind die meisten
glücklich, dass je-
mand zu ihnen
kommt.»



«Für das erste Kennenlernen und die Sicherheit beider Seiten ist die Vermittlerin wichtig. Besonders für ältere Menschen, die zum ersten Mal Hilfe annehmen, ist die Eintrittsschwelle dann niedriger.»



«Ich bin seit vier Jahren Koordinatorin und froh, dass ich den beruflichen Hintergrund habe. Es gibt oft herausfordernde Situationen, die Begleitung benötigen. Manchmal muss ich intervenieren. Zu begleiten und in Würde ausfädeln zu können, ist mir wichtig. Am Schluss soll ja kein schlechtes Gefühl zurückbleiben.»

«Ich habe schnell Kontakt mit Leuten, das ist kein Problem für mich. Aber ich kann ja nicht zu einer Frau mit einem dicken Bauch hingehen und sagen: <Sie, ich möchte dann Ihr Kind hüten.> Ich komme zu Leuten, mit denen ich sonst nicht in Kontakt käme.»



«Um jemanden in eine Tagesklinik zu fahren, haben wir einen Tandempartner vermittelt. Wir mussten den Mann zuerst anrufen und ermutigen. Nachher hat er sich oftmals für den schönen Tag bedankt. Er war so froh, wieder unter Menschen zu kommen.»



«Mit der Verbindlichkeit klappt es sehr gut. Es kommt praktisch nicht vor, dass jemand eine eingegangene Verpflichtung nicht erfüllt. Wenn jemand krank oder sonst kurzfristig verhindert ist, dann bekomme ich einen Telefonanruf oder sie schauen untereinander, dass jemand anders einspringt.»

«Man darf auch Nein sagen. «Es isch schön gsi, aber du muesch nümme cho.» Das ist dank der Vermittlerinnen möglich. Wenn etwas zu viel wird, darf man das sagen. Dann wird eine andere Lösung gesucht. Diese Ehrlichkeit sich und anderen gegenüber, das gehört zu KISS.»





«Die unterschiedlichen Stimmungen, die bei den Einsätzen manchmal aufeinandertreffen, sind nicht zu unterschätzen. Je besser man sich kennenlernt, desto offener ist die Begegnung. Dazu muss man bereit sein.»



**«Das fachliche
«Matching» ist nicht
das Wichtigste. Die
Chemie zwischen
den Leuten muss
stimmen.»**

Kochen? Dann brauchen wir Sie unbedingt!

42

Gleich drei Generationen haben in Luzern bei ZEITGUT zusammengefunden. Der gemeinsame Wunsch, einen Teil ihrer Zeit hilfsbedürftigen Menschen zu widmen, eint Philipp Bisang (28), Elsbeth Hänggi (75) und die angestellte Koordinatorin Nicole Triponez (50). Die Mitglieder sind Menschenfreunde, schliessen gerne neue Bekanntschaften und erweitern stetig ihren Horizont.

Philipp Bisang arbeitet seit 4 Monaten für ZEITGUT. Der selbständige Personaltrainer will seine Arbeitspausen zur Freiwilligenarbeit nutzen. Die Website der Organisation hat ihn überzeugt. «Wenn man Junge gewinnen will, muss man im Internet präsent sein.» Für eine frisch operierte Seniorin geht er einkaufen und kocht für sie beide. Während des gemeinsamen Essens geniessen beide die lustigen Gespräche. «Sie hat als Bibliothekarin gearbeitet und viel zu erzählen.»

Das System der Zeitgutschriften findet Philipp Bisang genial. Er denkt darüber nach, sein Guthaben einmal zu verschenken. Dann überlegt er: «Wenn ich allerdings einen

Kreuzbandriss hätte, könnte ich schon davon Gebrauch machen.»

Auch Elsbeth Hänggi war auf der Suche nach etwas Sinnvollem. Im Rahmen der Ausstellung 60+ stiess sie auf den Stand von ZEITGUT. Die Rentnerin war viele Jahre als Hausangestellte tätig und hatte plötzlich zu viel Zeit. «Was machen Sie denn am liebsten?», fragte eine Dame. «Kochen? Ja, dann brauchen wir Sie unbedingt!» Elsbeth Hänggi zögerte nicht lange und meldete sich als Genossenschafterin an.

Heute kocht sie einmal pro Woche für einen Rentner. «Es hat auf Anhieb funktioniert!», freut sie sich. Ausserdem sorgt sie für Abwechslung im Leben einer alleinstehenden Rollstuhlfahrerin. Einmal im Monat jassen sie mit zwei Frauen. «Das klappt tipptopp und wir haben es lustig miteinander.» Sie sind mittlerweile eng befreundet. «Ohne ZEITGUT wären wir einander nicht begegnet.»

Dank ihrer Zeitgutschriften erhält die Rentnerin auch selber Hilfe. «Ich habe



Rückenprobleme und kann mich nur schlecht bücken. Deshalb ist mein Garten recht verwildert.» Die Genossenschaft hat ihr einen Gärtner vermittelt. «Ich nehme und gebe und habe gar kein Problem damit. Die Zeitgutschriften machen es mir leichter zu nehmen.»

Koordinatorin und Beraterin bei ZEITGUT Luzern ist Nicole Triponez. Die erfahrene Transaktionsanalytikerin hat Philipp Bisang und Elsbeth Hänggi bei ihren ersten Besu-

chen begleitet. Die Genossenschafter schätzen das Fingerspitzengefühl der Beraterin sehr. «Man schaut, ob einem die Person gefällt oder nicht. Nicole ist neutral. Sie kann den Betroffenen die Entscheidung auch später mitteilen», erklärt Philipp Bisang. Nicole Triponez ergänzt: «Ich schaue nicht nur, dass es von der Tätigkeit her passt, sondern auch, ob es zwischenmenschlich passen könnte. Die Zusammenkunft soll für die Partner eine Win-win-Situation darstellen und nicht in unbezahlte Arbeit ausarten.»

**«Es gibt unterschiedliche
Stufen des Tuns: Ich mache
etwas freiwillig, ich mache
es für Stunden, ich mache
es nur gegen Bezahlung.
Diese Grenze ziehen nicht
alle an derselben Stelle,
aber dass es diese Stufen
gibt, da bin ich mir sicher.»**

Geben und Nehmen

46

«Etwas für andere
tun heisst auch
etwas für sich selber
tun.»





48



«Es gibt Menschen, die momentan nichts beitragen können und auch keine Kapazität dazu haben. Das ist eine Hemmschwelle. Aber als KISS-Mitglied darf ich auch einfach nur nehmen.»

«Ich bin aus gesellschaftspolitischen Gründen zu KISS gekommen, aber auch aus der Erfahrung, dass Hilfe geben einfacher ist als nehmen. Meine Mutter hat ein Leben lang gegeben, wollte aber selber keine Unterstützung annehmen. Nachdem sie gestürzt war, traute sie sich nicht mehr alleine zu wohnen und musste deshalb ins Heim. Ich kann mir vorstellen, dass Leute, die als Gebende bei KISS aktiv sind, später besser Hilfe annehmen können.»

«Ein Mann wurde regelmässig von einem Mitglied in eine Tagesklinik gefahren. Inzwischen geht es ihm besser und er möchte nun auch etwas geben. Er kocht gerne und er kann jassen. Das ist notiert und mit der Zeit wird auch er zum Einsatz kommen.»

«Selber annehmen braucht Überwindung. Ich sehe das bei mir selbst wie bei den meisten anderen. Dies benötigt noch Zeit.»



«Heute gibt es mehr Gebende als Nehmende. Aber ich gehe davon aus, dass sich das mit der Zeit ausgleicht. Wir sind erst am Anfang. Die jungen Seniorinnen und Senioren haben noch viel Zeit und es geht ihnen gut. In zehn Jahren wird das anders aussehen.»

«Für einen gemeinsamen Spaziergang ist keine Spezialausbildung nötig. Es braucht Menschen, die es einfach machen.»

«Kurze, einfache Einsätze sind mir am liebsten. Wenn ich zum Beispiel eine Glühbirne austausche, ist das für mich ein Aufwand von wenigen Minuten. Für die ältere Dame ist das Licht über dem Küchentisch, an dem sie jeden Morgen z'mörgellet, von grossem Wert. Diese kleinen Dinge werden sehr geschätzt. Das macht Freude.»

«Ich habe meine erste Tandem-Erfahrung mit einer jungen Frau gemacht, die mit einem Gipsbein zur Schule musste. Sie benötigte einen Fahrdienst. Jedes Mal, wenn ich sie jetzt treffe, dankt sie mir für unsere Hilfe und dafür, dass es KISS gibt. Sie erzählt es weiter und ich hoffe, dass noch mehr junge Leute zu KISS stossen.»



Ich möchte dich auf jeden Fall behalten

54

Willy Hänzi (81) liebt es zuzuhören und in die Tonwelt einzutauchen. Bei einem tragischen Unfall vor 55 Jahren hat der gelernte Feinmechaniker sein Augenlicht verloren. Als das Radio im September 2016 eine Reportage über KISS sendet, greift er spontan zum Telefon. Ein erster Schritt, durch den er Jörg Suter (72), seinen jetzigen Tandempartner, kennenlernt. Dem teilpensionierten Pfarrer und Gemeindeberater war es zeitweise langweilig, was seiner Frau nicht verborgen blieb. «Du chöntschi da no öppis mache», meinte sie.

Willy Hänzi lebt in einer anderen Welt. «Mit ihm lerne ich, die Umgebung mit neuen Augen zu sehen», erzählt Jörg Suter. «Ich brauche die Herausforderung und durch Willy bekomme ich neue Denkanstösse. Ich konnte mir nicht vorstellen, wie das ist, in ständiger Dunkelheit zu leben. Ohne Sicht ist auch die zwischenmenschliche Kommunikation erschwert. Oft entscheiden Äusserlichkeiten, ob uns eine andere Person sympathisch ist. Willy muss auf ganz andere Dinge achten, wenn er sich auf jemanden einlässt. Und bei mir fand er offensichtlich: De Typ, de bhalt i.»

«Ich kann dich nicht anbinden», bekräftigt Willy Hänzi, «aber ich möchte dich auf jeden Fall behalten.» Seit sechs Monaten bilden die beiden gemeinsam ein Tandem. KISS bedeutet organisierte Nachbarschaftshilfe. Inwiefern unterscheidet sich diese von der üblichen? «Wir Schweizer schützen

unsere Privatsphäre und lassen niemanden so schnell an uns ran», erklärt Jörg Suter. «Sobald etwas einen offiziellen Anstrich hat, sind die Menschen eher dazu bereit. Durch KISS findet man leichter zueinander.»

«Es gibt verschiedene Nachbarn», meint Willy Hänzi. «Solche, die sich kümmern, und andere, die keine Notiz nehmen. Seit meine Frau letzten Juli verstorben ist, bin ich auf Begleitung angewiesen. In der Wohnung finde ich mich zurecht, aber nach draussen gehe ich nicht mehr alleine. Da brauche ich Hilfe.»

Das Erkennen und Einbringen der eigenen Talente ist eine weitere Stärke der Genossenschaft. «Ich könnte zum Beispiel Fremdenführer sein, obwohl ich blind bin», meint Willy Hänzi. Sich von ihm durch Zug führen zu lassen, ist eine wirklich interessante Idee. Die Stadt aus seiner Perspektive ist eine andere.

Die Frage, ob es auch Ärgerliches gibt, verneinen beide. «Willy ist pflegeleicht. Er ist nicht verbittert, was besonders schön ist, wenn man seine Geschichte bedenkt», sagt Jörg Suter.

«Es passt – oder Willy? Mir sind z'friede mitenand?»

«I wett scho säge», antwortet Willy. Es hat von Anfang an gepasst.





Zeit gutschreiben

«Ich nehme und
gebe und habe kein
Problem damit.
Durch die Zeitgut-
schriften fällt es mir
leichter zu fragen.
Früher hätte ich das
nicht gemacht.»

«Mir gefällt an KISS besonders, dass eine Stunde eine Stunde ist, dass man die Freiwilligenarbeit, die zu einem grossen Teil Frauenarbeit ist, sichtbar macht und dass Gebende und Nehmende auf gleicher Augenhöhe sind.»

«Wofür ich die Stunden einmal brauchen werde, hängt dann von meiner Situation ab. Vielleicht für Hilfe im Haushalt oder beim Einkaufen. Im Moment ist es noch weit weg. Aber die Stunden sind aufgeschrieben.»



**«Das Gefühl für die Nehmenden
ist besser, wenn die Person,
die etwas gibt, auch etwas bekommt.»**



«Weisst du, das Aufschreiben der Stunden ist momentan wichtig. Jetzt brauchen wir die Stunden noch. Aber vielleicht können wir einmal sagen: Wir helfen einander einfach. Die Vermittlerinnen schreiben nur noch auf, wer was benötigt und wer wem hilft.»

«Eine schriftliche Garantie können wir nicht geben, aber es geht darum, dass der Solidaritätsgedanke gepflegt wird. Ich denke, dass es funktionieren wird. Die Leute sind mehrheitlich positiv und <au e bitzli gespannt, wie's denn usechunt>.»



«Vielleicht verschenke ich meine Stunden einmal. Vielleicht kann jemand anders oder die Organisation sie brauchen. Wenn ich selber eine Einschränkung hätte, dann wäre es sicher ein Thema. Ich habe nicht gewusst, dass es das System mit dem Zeitschenken gibt, finde es jetzt aber genial.»

«Mein Ziel ist, dass die Freiwilligenarbeit, egal über wen sie organisiert wird – über die Kirche, über andere Organisationen oder durch Private –, erfasst und koordiniert wird.»



«Die Zeitgutschrift motiviert die Leute. Wenn ich etwas geben kann, kann ich auch einfacher nehmen. Die Zeitgutschriften haben schon etwas für sich ...»

Ich höre besonders gerne zu

Trudi Schürmann (78) ist daran gewöhnt, dass so mancher sein Herz bei ihr ausschüttet. Sie hat gelernt zuzuhören. Die ehemalige Coiffeuse weiss: «Wer nassi Haar het, verzellt.» Nach dem Tod ihres Mannes hat sie neue Wege aus der Einsamkeit gesucht. Bei KISS leistet sie den Menschen Gesellschaft.

«Ich habe mich überwinden müssen, etwas alleine zu unternehmen», erzählt Trudi Schürmann. Nach 59 gemeinsamen Ehejahren erlebt sie, wie schwer es ist, als Witwe den Weg in die Gesellschaft zu finden. Bei einem Vortrag über KISS im Pfarrheim von Zug entschliesst sie sich sofort, Genossenschaftlerin zu werden. Sie ist von der ersten Stunde an dabei.

KISS Zug ist vor einem Dreivierteljahr gegründet worden. Trudi Schürmann fällt auf, dass es in ihrem Quartier bisher wenig Nehmende gibt. Gebende findet man eher.

Viele Leute leben schon lange hier und kennen einander. Sie vertrauen auf gute Nachbarschaft. Zugeben, dass man auf Hilfe angewiesen ist, will niemand. «Es ist ein schwerer Schritt, etwas von sich preiszugeben und jemanden in seine Privatsphäre zu lassen», überlegt die Seniorin. «Vielleicht besteht eine gewisse Scham, dass herumerzählt wird, wie es bei einem aussieht.»

Trudi Schürmann besucht ehemalige Nachbarinnen, die krank sind. Da ist die Hemmschwelle Hilfe anzunehmen nicht allzu gross. Die Frauen freuen sich und beim Abschied heisst es immer: «Chumm doch wieder, chumm zum Kafi.»

Der Kontakt zu den Leuten steht bei der Rentnerin an erster Stelle. Sie berät beim Einkaufen, begleitet zum Arzt, liest vor und hört besonders gerne zu. «Der eigentliche Sinn ist doch, dass die Menschen ihre Sorgen abladen und reden können ... eifach e chli go lose.»

Auch an den monatlichen Kafi-Treffen nimmt sie regelmässig teil. Hier erhält man Informationen zu KISS und tauscht sich mit anderen aus. Bei ihrem ersten Besuch hat sie einen Herrn kennengelernt, der mit ihrem Mann das Krankenzimmer geteilt hat. «Es gibt Verbindungen um alle Ecken herum. Das finde ich interessant.»

Die Idee der Zeitgutschrift gefällt Trudi Schürmann. Sie hat von ihrem angesparten Guthaben bereits Gebrauch gemacht. «Mein Drucker hat nicht mehr funktioniert und mein Sohn, der mir sonst immer hilft, ist geschäftlich in China gewesen. Ich habe bei KISS angerufen und ein Mann ist gekommen, um das Gerät zu reparieren.»

Auch in Zukunft will die Seniorin ihre Stunden in Anspruch nehmen. Ihre Kinder wohnen zwar in der Nähe, sind aber alle berufstätig. «Wenn ich einmal krank bin, muss ich nicht immer die Familie einspannen. Im Moment kann ich noch auf Leute zugehen. Wenn das nicht mehr ohne Weiteres klappt, freue ich mich über Hilfe. KISS vermittelt einem das Gefühl, eine grosse Familie zu sein. Es ist wie früher auf dem Dorf. Da hat man aufeinander aufgepasst.»



Gemeinsam mit anderen wachsen

68

«Gleich von Beginn an haben wir uns nach anderen Organisationen umgesehen, die ein Interesse an Zusammenarbeit haben könnten. Gemeinsam haben wir für beide Seiten neue Möglichkeiten geschaffen. Unsere Erfahrungen stellen wir jetzt den anderen Genossenschaften zur Verfügung.»





«In Zug existiert eine Interessengemeinschaft für den interkulturellen Dialog, die mit Flüchtlingen arbeitet. Sie ist Kollektivmitglied bei KISS und inzwischen bieten wir auch gemeinsame Veranstaltungen an. Beim «Kochen mit Flüchtlingen» helfen unsere Genossenschafterinnen beim Einkaufen und Vorbereiten. Dadurch haben wir jetzt auch jüngere Menschen bei uns in der Genossenschaft.»

«Wir treffen uns regelmäßig mit anderen karitativen Einrichtungen und Sozialorganisationen vor Ort zum Erfahrungsaustausch. Man profitiert gegenseitig, spricht Empfehlungen aus oder bietet gemeinsame Weiterbildungen an.»





«Wir sind breit aufgestellt. In unserem Vorstand sind die Spitex, Pro Senectute, ein Altersheim, die beiden Landeskirchen sowie die Gemeinde vertreten. So kann man Synergien nutzen und Ressourcen teilen.»

«Es gibt genug Unterstützung für junge Familien und im Alter. Für Menschen zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr besteht hingegen eine Lücke. Darum finde ich es so wichtig, dass KISS alle Altersgruppen anspricht.»

«Als Spitex-Vermittlerin sehe ich oft, dass es gut wäre, wenn zusätzlich jemand vorbeikommen würde. Sei es, weil die Menschen weitere Unterstützung brauchen oder alleine sind. Ich sehe KISS als gute Ergänzung zum Spitexdienst.»

«Jede Organisation hat ihren eigenen Zweck und eigene Ziele, die sie verfolgt. Das muss man respektieren. Doch überall, wo sich Kontakte ergeben, lohnt sich die Zusammenarbeit.»



«Es gibt bereits Generationenhäuser mit integrierter Nachbarschaftshilfe. Aber das Schöne ist, dass bei KISS ein solches Projekt langsam wachsen kann. Wenn schon mal ein Anfang gemacht ist, dann kommt jemand sicher auf die Idee – wir könnten doch ...»



«Wir haben ein Projekt mit vier verschiedenen Teams. Die beiden Landeskirchen, der Interkulturelle Dialog und KISS bilden je eines davon. Jedes Team übernimmt einmal pro Monat die Verantwortung für den wöchentlichen Mittagstisch. Das Projekt ist generationenübergreifend.»

**«KISS wird, auch in einem
grösseren Rahmen und
auf lange Zeit, Bestand haben.
Gerade im Hinblick auf
alternative Wohnformen
im Alter.»**

Zeit ist unbestechlich

Den Stein ins Rollen gebracht hat ein Interview mit Andrea Fäs-Trummer (41) in der Glarner Woche. Darin stellte die heutige Präsidentin von KISS Kanton Glarus die Nachbarschaftshilfe mit Zeitgutschriften vor. An der darauffolgenden Infoveranstaltung nahmen an die 100 Menschen teil. Das Interesse war enorm. Auch Toni Tresch (66), Vize-Präsident und Finanzverwalter, überzeugt das Konzept. Die Menschen sind neugierig und offen für kreative Ideen.

«Packen wir's an!» ist die Grundhaltung von Andrea Fäs-Trummer. «Es braucht finanzielle und strukturelle Grundlagen. Wir schaffen das Fundament, auf dem gebaut wird. So sehe ich unsere Aufgabe.» Erst wenn eine Sache zum Leben erwacht, kann sie wachsen. KISS Kanton Glarus hält sich an das Motto: Keep it small and simple. Die Präsidentin ist überzeugt: «Ohne etwas zu wagen, kann man nichts erreichen. Der Anfang war nicht leicht und es gab oft Auseinandersetzungen. Trotzdem war es immer ein Miteinander.»

An den Vorstandssitzungen sind meist alle Parteien anwesend – die Geschäftsleitung, Leute aus den Projektgruppen und auch die Administration. Toni Tresch sieht das als grossen Vorteil. «So erfahren wir sofort, wo der Schuh drückt, und können entsprechend reagieren.»

Hätte Andrea Fäs-Trummer den Schritt gewagt, wenn KISS Kanton Glarus die erste Genossenschaft gewesen wäre? «Ja klar!», bekräftigt sie. «Natürlich profitierten wir von den bestehenden Genossenschaften. Es war

sehr hilfreich, die Statuten und Formalitäten einfach zu übernehmen. Der Verein KISS Schweiz wird in Zukunft ein Starterpaket zur Verfügung stellen. Das wird Neugründungen wesentlich erleichtern.»

«Die Zeitgutschriften sind ein wichtiger Aspekt», meint Andrea Fäs-Trummer weiter. Damit unterscheidet sich KISS von üblicher Freiwilligenarbeit. Man bekommt das zurück, was man gibt – Zeit. Das überzeugt, ist aber auch eine grosse Verantwortung für die Organisation. Wenn das Projekt keinen Bestand hat, können die Zeitgutschriften nicht eingelöst werden. «Man hat aber den sofortigen Nutzen, einer Gemeinschaft anzugehören. Es gibt eine grosse Solidarität unter den Mitgliedern. Die Freude und Motivation für die Sache ist ansteckend. Ich bin überzeugt von KISS und wenn es sich etabliert und für viele einen Nutzen stiftet, dann wird es weiter bestehen.»

Warum findet auch der Finanzverwalter Toni Tresch das Ansparen von Zeit ein ideales Modell? «Geld ist immer ein Problem. Sobald es Geld gibt, gibt es Zufriedene und Unzufriedene. Bei KISS bekommt man nur Zeit, und Zeit ist unbestechlich. Für mich ist es das Modell der Zukunft. Damit diese Idee aber funktioniert, müssen die Stunden zuverlässig aufgeschrieben und die Menschen gut betreut werden. Dafür brauchen wir natürlich auch Geld. Aber da, wo es um die eigentliche Arbeit geht, ist Zeit besser.»





Wohlbefinden

«Es gibt eine sofortige Wirkung, derentwegen es sich lohnt mitzuwirken. Es gibt die Solidarität unter den Leuten und es macht Freude.»



«Je älter man wird, desto wichtiger wird es, den Bekanntenkreis zu erweitern und neue Leute kennenzulernen. Man denkt, der hilft einem später oder mit der ist es im Alter dann «glatt», und dann stirbt sie einfach.»



«Ich hänge jeden Donnerstagmorgen einen Zettel an meine Tür: Mahlzeitendienst! Ich denke ja nicht den ganzen Morgen an Fuhrers. Wir wechseln immer ein paar Worte miteinander und wenn ich mein Gegenüber mit einem Lachen aufhellen kann, ist das auch für mich eine Befriedigung. Mitgefühl zeigen ist genauso wichtig wie die Mahlzeit.»

«Die kleinen Sachen sind beglückend.»

«Anpacken ist wichtig,
aber es kommt auch
darauf an, wie.»

«Es ist ein gutes Gefühl,
dass man die Stunden
sammeln kann, die man
für andere einsetzt, und
wenn man selber mal
jemanden braucht –
man weiss ja nie –, dann
kann man jemanden
anfordern.»

**«Ich kenne einige,
die selber keine
Grosskinder haben
oder zu weit weg
von ihnen wohnen.
Sie wären so gerne
Ersatz-Grosseltern.»**





**«Die Familie war früher präsenter.
Leider ist der Zusammenhalt
etwas verloren gegangen. Es ist
nicht mehr selbstverständlich,
dass Kinder Aufgaben über-
nehmen können oder wollen.
KISS kann diese Lücke füllen.»**

«Ich hatte eine Nachbarin, die ins Pflegeheim musste. Ihre grösste Sorge war, ob ihr da jemand die Haare anständig machen kann. Ich habe ihr gesagt: Ich komme zu dir und frisiere dich.»

«KISS hat mich mit offenen Armen aufgenommen. Alle sind immer sehr aufgeschlossen. Ich fühle mich einfach wohl bei KISS.»

«Ich weiss nicht, ob ich nur mit alten Menschen zusammenleben möchte. Mit jungen Menschen bleibt man selber jung!»



«Ich finde es eine gute Sache, wenn man als AHV-Teenager noch so fit ist, dass man für andere etwas tun kann. Das gibt dir viel zurück.»



Etwas weitergeben

Bernadette Lechmann (69) will gemeinsames Sein und Tun verbinden. Die Kunst- und Ausdruckstherapeutin hat ein langes und erfülltes Berufsleben hinter sich, davon 18 Jahre als Selbständigerwerbende. Seit ihrer Pensionierung setzt sie ihre Stärken gezielt für andere Menschen ein. Sie gibt Strukturen, wo keine mehr sind.

Kaum im Ruhestand, begann Bernadette Lechmann zu recherchieren. Das Nichtstun entsprach so gar nicht ihrem Charakter. Zeitlebens hatte sie als Supervisorin Menschen begleitet und beraten. Sie wollte nicht nur reden, sondern auch etwas tun. Das war vor vier Jahren und die Genossenschaft war gerade erst im Aufbau. Es war verlockend teilzuhaben und zu gestalten. Von Anfang an hatte sie ein stimmiges Gefühl bei der Sache.

«Bei ZEITGUT bin ich bis jetzt nur Gebende», erzählt sie. «Zwar war ich nach einer Operation nicht mobil, habe aber die Hilfe der Organisation nicht in Anspruch genommen.» Bernadette Lechmann lebt seit über 17 Jahren in einem Umfeld, das fast wie eine Familie funktioniert. «Ich wusste schon im Vorfeld, wer für mich einkauft und die Wäsche macht.» Solch eine gute Nachbarschaft haben aber längst nicht alle.

Die Erfahrungen, die sie als Gebende macht, bewertet sie als sehr positiv und erfüllend. «Es hat sich bei mir eine Spezialisierung herausgebildet. Ich helfe den Menschen beim Aufräumen. Das ist eine delikate Angelegenheit. Die Leute gewähren private Einblicke. Nicht nur in ihre Schränke, son-

dern auch hier», meint sie und zeigt dabei auf ihre Brust.

Bernadette Lechmann erzählt von einem ihrer Einsätze. Eine Frau mit körperlichen Einschränkungen musste in eine kleinere Wohnung umziehen und hatte die Übersicht verloren. Konkret ging es um einen grossen Schrank, der entrümpelt werden musste. «Die Sachen waren nicht <grusig>, aber wir mussten aussortieren. Christbaumkugeln, Staubsaugersäcke, Kerzen – einiges konnte mit, anderes durfte ins Brockenhaus. In drei Stunden hatten wir alles geschafft. Was mich am Aufräumen so fasziniert, ist, dass äussere Ordnung auch innere Klarheit schafft.»

Bei manchen Aufträgen muss sie auch klare Grenzen setzen. «Ich half einer Frau, deren Partner kürzlich verstorben war, beim Ordnen seines Kunstinventars. Das Haus war voller Gemälde. Die Frau erkrankte fast in einem Meer von Bildern – und dazu noch die Trauer des Verlustes. Diese Fülle! Zusammen mussten wir immer wieder neue Wege im Umgang mit der Bilderflut finden und festlegen, was in den zwei vereinbarten Stunden möglich ist. Sonst wären wir nie weitergekommen. Ich war behilflich, eine mögliche Struktur zu finden, und bei ihr lag die Verantwortung der Zuordnung der Inhalte. Es war eine strenge Arbeit, hat mich aber zutiefst beglückt.»



Mit dem Herzen denken

Zwischen Yeldez Gwerder (66) und Marie-Noelle Koch (32) stimmt die Chemie. Sie pflegen einen liebevollen Umgang und respektieren sich. Eine ideale Teamkonstellation. Oft und gerne diskutieren sie über aktuelle Themen oder unternehmen etwas gemeinsam. Für beide ist ihr Engagement bei KISS eine Herzensangelegenheit.

Die gebürtige Türkin Yeldez Gwerder hat eine bewegte Vergangenheit. Mit drei Jahren ist sie an Kinderlähmung erkrankt. Durch ihren Grossonkel ist sie zur Behandlung in die Schweiz gekommen und geblieben. Ohne Eltern und Geschwister. Trotz schwerem Start hat sie ihren Weg gemacht, ist glücklich verheiratet und hat zwei Kinder. Als Geschäftsführerin hat sie 21 Jahre lang das TIXI-Taxi in Zug geleitet. Seit zwei Jahren ist sie pensioniert. «Letzten Herbst haben sie bei meinem Mann Alzheimer diagnostiziert. Ein schwerer Schlag, denn er war mir im Alltag eine grosse Stütze.» Yeldez Gwerder ist auf einen Rollstuhl angewiesen. Auf der Suche nach Entlastung ist sie auf KISS gestossen. Die Geschäftsleiterin von Cham hat ihr Marie-Noelle Koch vermittelt und jetzt bilden sie gemeinsam ein Tandem.

Das soziale Engagement kommt bei Marie-Noelle Koch noch vor der Arbeit. Ihr ist bewusst, wie privilegiert sie in der Schweiz ist. Sie will der Gesellschaft etwas zurückgeben. «Ich wollte schon immer die Welt retten – irgendwie», erzählt sie. «Aber das ist natürlich unrealistisch.» Die studierte Kommunikationswissenschaftlerin arbeitet

Vollzeit bei einer Beratungsfirma und erwartet ihr erstes Kind.

Warum arbeitet sie bei KISS und keiner anderen Organisation? «Die Idee ist so einfach wie sinnvoll. Ganz ohne bürokratisches Trara. Anmelden, Zeit geben, kochen oder einkaufen. Ich brauche dazu auch keine spezifische Aus- oder Weiterbildung, wie sie die Spitex verlangt. Zudem kann ich die Einsätze gut mit meinem Vollzeitjob vereinbaren.»

«Seit ich älter werde, hat sich mein Denken verändert», ergänzt Yeldez Gwerder. «Ich bin auf meine Mitmenschen angewiesen und mache mir Gedanken über die Gesellschaft und das Zusammenleben. Viele sind der Idee des Zeitsparens gegenüber eher kritisch. Werden genug Menschen nachrücken, um mein Guthaben zu sichern?» Darüber hat sich Marie-Noelle Koch noch keine Gedanken gemacht. «Wenn ich mein Guthaben später nicht brauchen sollte, kann ich es sogar verschenken. Ein schöner Gedanke!»

Was den beiden bei KISS am meisten Freude bereitet? «Die zwischenmenschlichen Kontakte sind das Schönste!», meint Yeldez Gwerder. «Man lernt so viele wertvolle Menschen kennen. Ich glaube, es ist niemand dabei, der nicht mit dem Herzen denkt.»

Marie-Noelle Koch möchte nach der Geburt eine einjährige Auszeit nehmen. Sie hofft als Mutter auf mehr Flexibilität. «Dann kann ich auch tagsüber Einsätze annehmen.» «Und ich könnte ja dein Baby hüten», entgegnet Yeldez Gwerder und lächelt.



**«Ich habe noch keine Hilfe
in Anspruch genommen.
Ich bin vollständig mobil und
selbständig. Aber ich freue
mich darauf, dass ich einmal
Hilfe erhalte, wenn ich sie
brauche.»**

Dank

Dieses Buch ist eine Momentaufnahme der KISS-Nachbarschaftshilfe mit Zeitgutschriften aus der Sicht von Genossenschafterinnen und Genossenschaftern. Es ist ein Gemeinschaftswerk von Menschen, die mit viel Engagement erzählt und an der Umsetzung unserer Idee gearbeitet haben.

Ursula Kohler hat diese Publikation mit angeregt – auf der Suche nach einem Projekt für den Studiengang «Lektorieren» an der SAL – Höhere Fachschule für Sprachberufe, Zürich.

Peter Rütsche, Lehrgangsleiter «Lektorieren» an der SAL, sowie die Teilnehmenden der Diplomlehrgangsklasse «Lektorieren» 2016/17 haben das Projekt unterstützt.

Carolina Krieger und Katinka Ruffieux, Studierende an der SAL, haben diese Publikation im Rahmen ihrer Diplomarbeit mit viel Engagement und Fachwissen betreut.

Mirjam Bollag Dondi hat uns ihre Zeit und ihr Können als Fotografin zur Verfügung gestellt und Heidi Lehner zu sämtlichen Interviews begleitet.

Christa Kaps hat geduldig Audio-Datei um Audio-Datei transkribiert.

Claudia Neuenschwander hat aus den einzelnen Interview-Ausschnitten, Gesprächen und Fotografien umsichtig und sorgfältig ein Ganzes geschaffen.

Die **AXA Stiftung Generationen-Dialog** hat den Titel ihrer Kampagne «Zeit macht reich» zur Verfügung gestellt.

65 aktive Genossenschafterinnen und Genossenschafter (Mitglieder, Koordinierende, Geschäftsführende, Präsidentinnen und Präsidenten) der folgenden KISS-Genossenschaften haben sich spontan bereit erklärt, aus dem KISS-Alltag zu berichten:

KISS Cham (www.kiss-zeit.ch/cham)

KISS Kanton Glarus

(www.kiss-zeit.ch/glarus)

Zeitgut Luzern (www.zeitgut.org)

KISS Obwalden

(www.kiss-zeit.ch/obwalden)

KISS Toggenburg

(www.kiss-zeit.ch/toggenburg)

KISS Uster (www.kiss-zeit.ch/uster)

KISS Zug (www.kiss-zeit.ch/zug)

Ihnen allen danken wir von Herzen, denn ohne sie wäre dieses Buch nicht entstanden.

Heidi Lehner und Jürg Conzett

April 2017

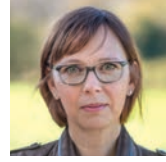
Links

www.kiss-zeit.ch

www.zeit-macht-reich.ch

www.generationen-dialog.ch

www.sunflower.ch



**Die Idee ist so einfach wie sinnvoll:
Nachbarschaftshilfe mit Zeitgutschriften.
KISS Schweiz lässt seine Mitglieder
Talente tauschen – ganz ohne Einsatz
von Geld. Man bekommt das zurück,
was man gibt: Zeit. Neun Gespräche und
zahlreiche Zitate gewähren Einblick
in das Miteinander der Menschen.**

SCHENKE ZEIT. WERDE REICH.



**EIN VISIONÄRES GENERATIONENPROJEKT
FÜR DIE GANZE SCHWEIZ**



Conzett Verlag