

In Gemeinden Gemeinschaft stärken dank Freiwilligenarbeit

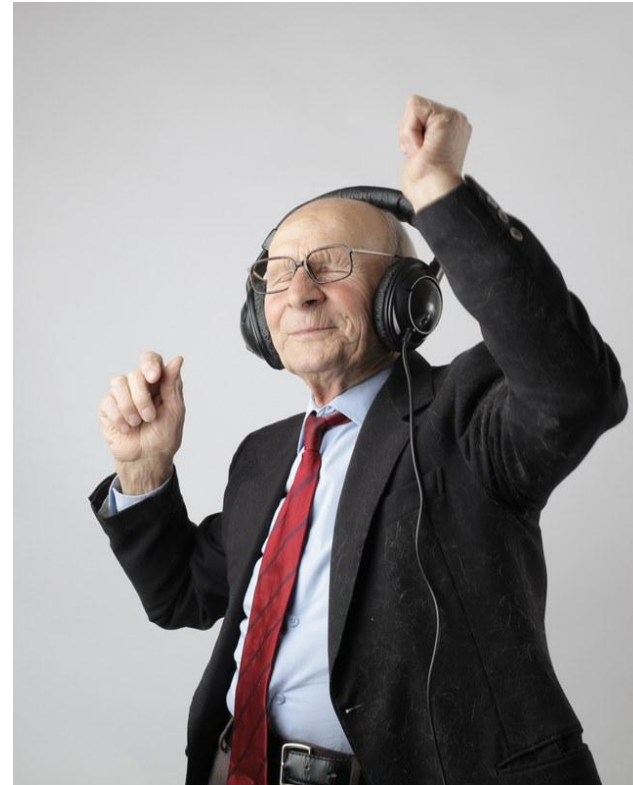
Workshop

“connect! – Kommunale
Initiativen für weniger Einsamkeit
im Alter”

20.2.2025

Bern, Hotel Kreuz

salisgross@public-health-services.ch



*Stadt Bern:
Glücklich
allein?*

Sorgende Gemeinschaften als Aufgabe der Gemeinde



Der dritte Sozialraum als «neues» Hilfesystem

«Nachbarschaft definiert als das Engagement der Bürger für fremde Andere in den Grenzen des eigenen Sozialraums. Einzige Ausnahme dürfte die nun zu Ende gehende Epoche der Industriegesellschaft sein».

Klaus Dörner

-> Sich kümmern, Beziehungen pflegen, «Gutes tun»

Wie entsteht Vergemeinschaftung? (Znoj, 2016)

Liquidierender Modus (Marktbeziehung)

Ist die Übertragung des Gutes/der Leistung *liquidierend*, so hebt die unmittelbare Erwidernng (z.B. Bezahlung) weitere Verpflichtung zwischen den Tauschpartnern auf.

→ Keine soziale Integration im Sinne von Gemeinschaft entsteht.

Nicht liquidierender Modus (Erweiterte Tauschbeziehung)

Erfolgt keine direkte Erwidernng, so ist die Übertragung *nichtliquidierend* und erzeugt Verpflichtungen («sozialen Schulden») zu zeitlich verzögerten, vage definierten Übertragungen (Erwidernngen).

→ Ein **Netz gegenseitiger Verpflichtungen** entsteht, was zur Reproduktion der sozialen Beziehungen damit zu starker sozialer Integration beiträgt. -> Mut zu sozialen Schulden!

Einsamkeit: Prinzipien für Freiwilligenengagements

01

Nicht nur funktionale Leistungen anbieten

02

Etablieren von Beziehungen ermöglichen (beziehungsstiftend)

03

Geben und Annehmen bedenken (wer gibt was wem?)

04

Einsamkeit und Scham erkennen und bearbeiten

05

Sorgende Gemeinschaften stärken (caring communities)

01/02 z.B. Mischformen: liquidierend und nicht-liquidierend



AltuM-Tandem

Ein Angebot für Geflüchtete 50+ des Programms HEKS AltuM ZH/SH

Spitex-Tandem

Spitex-MA und eine Freiwillige arbeiten zusammen

Spitex Regio Liestal

Sternstunden für Einsame

03/ Statt «Hilfe» - Prinzip der «Augenhöhe»

z.B. um Scham zu vermeiden und leichter soziale Schulden zu machen

Ziel: Verdeutlichung der Reziprozität!

Wer gibt wem was? Wie ergibt sich mehr Gegenseitigkeit im Handeln und in der Wahrnehmung?



«geben&annehmen!»

04/ z.B. Tabuthema Einsamkeit bearbeiten

Einsamkeit gehört zu den doppelt
abgeschirmten Gefühlen

das heisst zu den Gefühlen, die man nicht gerne
anspricht und gleichzeitig verdeckt

Konsequenz:

- Workshops zum Umgang mit Scham
für Freiwillige und Fachpersonen
- Online, hybrid, vor Ort

Fachinput

**Hindernisse beim Annehmen von Unterstützung,
wie damit umgehen? Die Rolle der Scham**

Dr. med. Marzio Sabbioni

Inn Med FMH, Psychiatrie & Psychotherapie FMH, Schwerpunkt
Psychosomatische und Psychosoziale Medizin, Dozent SAGKB



Sozialräume zur Verfügung stellen und gestalten, bewirtschaften (Gemeinwesenarbeit)



Lokale Koordination und Zusammenspiel (Gemeinde, NGOs, Zivilgesellschaft), sektorenübergreifend, finanziell



Kommunikation (Motivieren der Bevölkerung -> z.B. «Zeit schenken», gemeinsame Projekte)



Gemeinschaft fördern (sinnstiftende, affektive und nicht-liquidierende Beziehungen), z.B. via *caring communities oder compassionate cities*)



Erkennen von Einsamkeit und Follow up durch Freiwillige (->Schulungen, Tandems mit Fachpersonen)

Themenvorschläge für Diskussion

Übertragbarkeit der Empfehlungen

Nächste konkrete Schritte

Kontakt und Infos

Corina Salis Gross, salisgross@public-health-services.ch

Eva Christina Kreuzer, kreuzer@public-health-services.ch

Webseite Projekt:

«geben&annehmen! – Freiwilligenarrangements für Sorgende Gemeinschaften»

<https://geben-annehmen.ch>



Trägerorganisationen des Projektes «geben & annehmen!» Freiwilligenengagements für Sorgende Gemeinschaften



Geldgeber für das Projekt



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

**Walder
Stiftung**

Leben
und Wohnen
im Alter



Stadt Bern

Direktion für Bildung
Soziales und Sport

**Age —
Stiftung**

viventis::
STIFTUNG