

alltag

infos aus dem wohnhaus belpberg



Höhere Lebensqualität dank Freiwilligenarbeit

2011 war das Europäische Jahr der Freiwilligenarbeit – doch für längerfristig ehrenamtlich Tätige geht der Einsatz weiter. So auch im Wohnhaus Belpberg. Es dankt den zahlreichen Freiwilligen für das wertvolle Engagement und hofft, dass solche eindrücklichen Beispiele weitere Interessierte für ähnliche Tätigkeiten motivieren. Von Patrick Bachmann

Fast die Hälfte der Bevölkerung leistet Arbeit ohne Bezahlung. Diese ehrenamtliche Tätigkeit findet an vielen Orten statt – in Kultur, Sport, Politik oder Bildung. Und im Gesundheitswesen. Gerade in diesem Bereich wären ohne Freiwilligentätigkeit viele Leistungen nicht mehr finanzierbar. Denn Freiwillige besuchen ohne Entlohnung Kinder, alte oder kranke Menschen und schenken ihnen Zeit. Sie fahren Menschen mit einer

Behinderung aus und verhelfen ihnen damit zu einem Stück Unabhängigkeit. Das Bundesamt für Statistik spricht von über 700 Millionen Stunden an jährlichen freiwilligen Leistungen. «Ohne diese Leistungen würde zum Beispiel das Vereinswesen organisatorisch zusammenbrechen. Es entstünde ein riesiges Loch im sozialen Kitt in der Gemeinschaft», sagt der Experte für Freiwilligenarbeit Markus Freitag von der Universität Konstanz. Das ehrenamt-

liche Engagement vieler Menschen bilde eine tragende Säule unserer Gesellschaft.

Auch mehr Lebensqualität für Freiwillige

Ob für Ausflüge, mit einem Therapiehund, zum Spielen und Reden oder für Begleitungen und Transporte: Auch im Wohnhaus Belpberg sind mehrere Freiwillige tätig und erhöhen damit die Lebensqualität der Bewohnerinnen und Bewohner. Silvia Reber und Ursula Stettler zum Beispiel (siehe Bild oben und Porträts auf den Seiten 2 und 3) sind wöchentlich im Atelier im Einsatz. Sie helfen den Bewohnerinnen und den Tagesstättlern bei handwerklichen Tätigkeiten, bei welchen diese an ihre Grenzen stossen. Gleichzeitig erhöhen sie mit dem Einsatz aber auch ihre eigene Lebensqualität – denn der Weg zum Glück führt über das «engagierte Leben», wie Psychologen herausgefunden haben. Wer sich mit Eifer und Energie an eine sinnvolle Arbeit macht, fühlt sich zufrieden – und dies unabhängig davon, ob es ehrenamtliche oder bezahlte Arbeit ist.

Spendenkonto Wohnhaus Belpberg Spar- und Leihkasse Münsingen, CH77 0636 3042 1325 2700 4. **Herzlichen Dank für die Unterstützung!**

Impressum Alltag Frühling 2012 (Ausgabe Nummer 10) **Herausgeberin:** Stiftung Wohnhaus Belpberg, Belpbergstrasse 2, 3110 Münsingen
Redaktion und Gestaltung: Patrick Bachmann, typisch gmbh, Bern • www.typisch.ch **Druck:** Wir danken «Wälti Druck» in Ostermundigen für das grosszügige Entgegenkommen! www.waeltidruck.ch **Auflage:** 800 Exemplare **Erscheinungsdatum:** 21. Mai 2012



Neben der Arbeit gehört auch Lachen zum Atelier-Alltag: Ursula Stettler und Marco Baumann beim Filzen.

«Die Wertschätzung ist riesig!»

Ursula Stettler ist auch nach vier Jahren Freiwilligenarbeit noch voll motiviert. Aufgezeichnet von Patrick Bachmann

Sei es die Anerkennung von den Leiterinnen des Ateliers, Romina Rügesegger und Margrit Aeschlimann; oder seien es die begeisterten Gesichter und das freudige Hallo der Bewohnerinnen oder Tagestätter, wenn ich nach den Ferien wieder aufkreuze: Die Wertschätzung meines Engagements hier im Atelier des Wohnhauses Belpberg ist riesig! Das macht auch einen Teil der Motivation aus – das schöne Gefühl, dazuzugehören und eine nützliche Unterstützung zu bieten. Ich kann eine solche freiwillige Tätigkeit allen empfehlen. Gerade nach dem Berufsleben ist ein soziales Engagement bereichernd für sich selber und wertvoll für die Gesellschaft.

Einfach Menschen

Jeweils am Mittwoch und Donnerstag helfe ich hier im Atelier mit. Häufig filzen wir, malen oder basteln mit Kleister. Die leichten Arbeiten führen die Bewohnerinnen selber aus, wenn nötig stehe ich mit Handführungen oder anderen Hilfsleistungen zur Seite. Einen wesentlichen Teil der guten Atmosphäre machen aber auch das Zusammensein, die Gemeinschaft, der Austausch und die Erzählungen aus. Die Behinderungen der Bewohner sehe ich meist gar nicht mehr – für mich sind es einzelne Persönlichkeiten oder einfach Menschen. Natürlich gibt es aber trotzdem die Momente, in welchen

ich sie für den Umgang mit ihrem Schicksal bewundere. Auch in schwierigen Situationen lassen sie ihren Kopf nicht hängen und machen das Beste daraus. Dies ermöglicht auch eine andere Sichtweise auf eigene «Problemchen» und relativiert vergleichsweise kleine Sorgen.

Einsatz im Sozialbereich

Es ist für mich das erste freiwillige Engagement. Ich hatte mich zuvor bei der Benevol, der Vermittlungsstelle für Freiwilligenarbeit, erkundigt und mich über soziale Einsätze informiert, bei welchen ich mit Menschen zusammenarbeiten kann. Irgendwie hatte mich aber spontan keines der aktuellen Angebote angesprochen. Besuche von älteren Menschen im Altersheim zum Beispiel sind für mich nicht attraktiv, da ich diese Aufgabe bereits innerhalb der Familie übernehme. Da ich selber fast Nachbarin des Wohnhauses Belpberg bin, habe ich danach hier angefragt, ob Bedarf an Frei-

willigenarbeit besteht. Und nun bin ich für das Wohnhaus ehrenamtlich im Einsatz. □

Benevol Bern ist ein gemeinnütziger Verein und vermittelt Freiwillige an Non-Profit-Organisationen in den Bereichen Soziales, Kultur, Umwelt/Ökologie und Sport. Die aktuellen und vielseitigen Einsatzmöglichkeiten finden Sie unter www.benevol-jobs.ch.

Benevol Schweiz gibt auch den Sozialzeitausweis heraus. Freiwilligenarbeit mobilisiert zusätzliche persönliche Ressourcen, ermöglicht zahlreiche Lernerfahrungen und bringt neue Fähigkeiten hervor. Der Schweizerische Sozialzeitausweis macht die freiwillige und ehrenamtliche Arbeit als gesellschaftspolitisches Engagement sichtbar und lässt ihr die Anerkennung zukommen, die sie verdient. www.sozialzeitausweis.ch

ZUR PERSON

Wer ist Ursula Stettler?

Die 63-jährige Ursula Stettler arbeitete im Verkauf – zuerst in der Papeterie und später im Bereich Damenmode. Seit rund vier Jahren engagiert sie sich ehrenamtlich im Atelier des Wohnhauses Belpberg.



Zdenko Jovic, Urs Bütikofer und in der Mitte Silvia Reber beim Erstellen der Anzündhilfen K-Lumet.

«Das Engagement kam wie gerufen»

Silvia Reber freut sich über die gute Stimmung im Atelier und über die sinnvolle Tätigkeit. Aufgezeichnet von Patrick Bachmann

Am Anfang stand die Jubiläumsausgabe des «alltag» zum zehnten Geburtstag des Wohnhauses Belpberg: Im Frühling 2008 blätterte ich diese durch und entdeckte den Aufruf, in dem das Wohnhaus Freiwillige sucht, um mit dem speziell umgebauten Rollfiets eine körperbehinderte Person bei schönem Wetter auszufahren. Für mich ein idealer Zeitpunkt, da die beiden inzwischen 29- und 30-jährigen Söhne definitiv ausgeflogen waren. Doch das Engagement mit dem Spezialvelo ist nur bei schönem Wetter im Sommer möglich; ich bevorzuge jedoch einen regelmässigeren Einsatz.

Geduld und Zeit haben

Als ich von einer Bekannten erfuhr, dass im Atelier eine freiwillige Mitarbeiterin gesucht wird, kam mir das wie gerufen. Denn mir liegen

alle handwerklichen Tätigkeiten. Nun bin ich jeden Montagnachmittag hier im Atelier und unterstütze die Menschen mit Behinderung bei ihren Arbeiten. Sie bedienen zum Beispiel das Pedal und ich die Nähmaschine, oder ich helfe ihnen beim Ausschneiden, Kleben, Papier schöpfen oder Töpfern. Dabei merke ich rasch, ob sie einen guten Tag haben oder nicht. Deshalb bleibe ich immer flexibel und lasse mich von den Wünschen der Betroffenen leiten.

Menschen im Rollstuhl als Teil des Alltags

Mir machen alle Arbeiten mit ihnen Spass. Wichtig ist, dass ich die nötige Ruhe ausstrahle – denn manchmal braucht es einfach Zeit und Geduld. Für die Menschen mit Behinderung ist diese Tätigkeit eine Art Therapie – wenn sie nicht regelmässig üben, gingen einige Fähigkeiten wieder verloren.

Mich beeindruckt, mit wie wenig Materialien im Atelier etwas Sinnvolles und Schönes entsteht. Und den Bewohnerinnen und Bewohnern gefällt selber auch, was sie produzieren. Manchmal kaufen sie sogar selber einen Artikel als Dekoration für ihr Zimmer.

Der Umgang mit den Menschen mit Behinderung und ihren Schicksalen überfordert mich nicht. Vielleicht auch deshalb, weil ich im Berner Rossfeld aufgewachsen bin und Menschen im Rollstuhl schon immer zu meinem Alltag gehörten.

Positives Engagement

Ich bin sehr feinfühlig und gewisse Schicksale berühren mich – aber ich komme nicht hierher, um mir zu beweisen, wie gut es mir geht. Mir gefällt einfach die Stimmung hier, und ich geniesse dieses schöne Engagement. Es ist ein herzliches Miteinander. Trotzdem habe ich auch gelernt, den notwendigen Abstand zu wahren und mich so viel wie nötig abzugrenzen. Und insbesondere mit der Pflege habe ich nichts zu tun – das habe ich nicht gelernt und ist auch nicht meine Aufgabe.

Auch wenn viele Menschen nie einen solchen Einsatz leisten würden, ohne bezahlt zu werden – ich werde es weiterhin tun, solange ich «zwäg» und nützlich bin. Dieses Engagement ist wie gemacht für mich. □

Wer ist Silvia Reber?

Silvia Reber lebt seit 30 Jahren in Münsingen. Sie ist 63, verheiratet, hat zwei Söhne und ist seit drei Jahren im Wohnhaus Belpberg als Freiwillige tätig. Früher arbeitete sie bei der Post am Schalter, später als Hausfrau engagierte sie sich als Volleyballtrainerin und half in der Schule beim Handarbeiten. Heute pflegt sie Haus und Garten, liebt das Volleyballspielen, Velofahren, Fotografieren, Reisen, die Sprachen und das Aquarellmalen.



Viel im Sinn: Zivildienst im Atelier

Das Wohnhaus Belpberg bietet auch Einsatzplätze für Zivildienstleistende an. Florian Michel war ein solcher «Zivi» und hat diesen Frühling seinen sechsmonatigen Einsatz beendet. Ihm gefällt die Tätigkeit im Atelier, weil sie sinnvoll ist und er die zwischenmenschlichen Kontakte bei der Arbeit schätzt.

Von Patrick Bachmann



Florian Michel und Daniele Knöfler bei der Arbeit im Atelier.

Regelmässig ist der in Münsingen lebende Florian Michel am Wohnhaus Belpberg vorbeigefahren, wusste aber nichts weiter über diese Institution – ausser, dass man im Bistro gut essen kann. Er machte sich keine weiteren Gedanken darüber, was hinter dieser Fassade steckt; obwohl seine Tante im Wohnhaus arbeitet.

Jetzt sitzt der 22-jährige gelernte Maler im Atelier des Wohnhauses Belpberg und erzählt über die vergangenen sechs Monate, welche er hier als Zivildienstleistender verbrachte.

Perfekter Einstieg

Zu Beginn war Florian Michel unsicher; er wusste nicht so recht, wie er bei einer Begegnung mit Menschen mit Behinderung reagieren soll. Er fragte sich, ob er für diese Arbeit überhaupt fähig sei und ob ihn diese Situation nicht überfordere. Doch dann war alles viel einfacher als erwartet: «Der Einstieg war perfekt», sagt Florian Michel. Er wurde allen vorgestellt, die Mitarbeiterinnen zeigten und erklärten ihm alles. «Ich fühlte mich hier so

fort wohl und hatte ausnahmslos gute Leute um mich.» Florian Michel ist rückblickend begeistert, wie Romina Rügsegger und Margrit Aeschlimann ihm mit Tipps zur Seite standen. «Aber auch dank der offenenherzigen Bewohnerinnen und Bewohner verschwand die innere Barriere sehr schnell. Sie waren alle unkompliziert und direkt im Umgang.»

Vielseitige Tätigkeiten

Florian Michel ermöglicht den Bewohnerinnen und Bewohnern oder auch den Tagesstärtern gewisse Arbeiten, bei welchen sie wegen der Behinderung an ihre Grenzen stossen: Er unterstützt sie mittels Handführung beim Malen, klebt oder falzt Papier oder organisiert den Ton zum Töpfern; er hilft aufzuräumen oder schiebt die Bewohner auf dem Rollstuhl zurück ins Wohnhaus. Er mag diese Vielseitigkeit und die dazugehörenden Gespräche. Auch wenn die Unterhaltung manchmal etwas schwierig sein kann, wenn die betreffende Person undeutlich spricht und Florian Michel mehrmals nachfragen muss. Doch er hat gelernt, dass es

Geduld braucht. Die Schicksale einiger Bewohnerinnen oder Bewohner machen zwar manchmal schon zu schaffen – «aber es wurde mir dadurch auch bewusst, wie rasch das Schicksal zuschlagen kann; ein Autounfall genügt, um in einer ähnlichen Situation zu sein.»

Obwohl er im Arbeitsalltag zwar kaum etwas vermisste, war es für ihn als einzigem Mann im Atelier eine willkommene Abwechslung, als ein anderer Zivildienstleistender für rund zwei Wochen im Atelier mitarbeitete. «Es war cool, mal ausführlich über Sport diskutieren zu können», meint Florian Michel schmunzelnd.

Militär ade!

Sechs Wochen hatte Florian Michel zuvor Militärdienst in Kloten geleistet, als er zum Weitermachen gezwungen werden sollte. «Ich war aber zu wenig angefressen, um dies durchzuziehen», sagt er und entschied sich deshalb für den Zivildienst. Er reichte ein Gesuch ein, und bereits eine Woche später konnte er nach Hause gehen.

Florian Michel wusste, dass er nun Zivildienst leisten muss, der anderthalb Mal länger dauert als der Militärdienst. Er entschied sich für einen Einsatz im sozialen Bereich. Neben einem Infotag besuchte er zur Vorbereitung noch zwei Kurse. Der erste Kurs thematisierte den Umgang mit Menschen mit Behinderung, der zweite Kurs drehte sich um Konflikte in schwierigen Situationen und beinhaltete unter anderem auch Rollenspiele.

Malerische Zukunftspläne

Und jetzt, nach Ablauf der sechs Monate, was sind die weiteren Pläne? Florian Michel möchte vorerst eine Weile temporär als Maler arbeiten. Sein Vater hat ein eigenes Malergeschäft und sein Onkel ebenfalls. So wird ihm der berufliche Wiedereinstieg nach dem halbjährigen Unterbruch leicht fallen. Aber es bleiben noch einige Monate Zivildienst zu leisten. «Ich kann mir gut vorstellen, wieder hierher zu kommen. Aber auch ein Arbeitseinsatz in einem Kinderhort würde mich reizen», sagt Florian Michel.

Freiwilligenarbeit hat er noch nie geleistet. Doch er könnte es sich vorstellen, wenn es die Zeit neben der Arbeit zuliesse. Und er empfindet auch anderen Menschen solche Einsätze – denn auf die Erfahrung, die er während seines Zivildienstes machte, möchte er keinesfalls verzichten. □