

# RUND UMS ALTERN



KISS: Freiwilligenarbeit mit Zeitznachweis

## «Mit der Energie, die in uns steckt»

«Spare in der Zeit, so hast du in der Not»: Entsprechend diesem Sprichwort versteht sich die Genossenschaft KISS als vierte, geldfreie Vorsorge.

**CARMEN FREI**

Die «Fondation KISS» ist schweizweit organisiert. Mit sechs von aktuell siebzehn regionalen Genossenschaften ist sie im Aargau besonders präsent. «KISS» steht in diesem Fall für «keep it small and simple». Will heissen, dass sich eine überschaubare Gruppe von vertrauten Menschen untereinander und auf unbürokratische Art unterstützt. Wer gibt, wird mit einer Zeitgutschrift belohnt. Wer Hilfe beansprucht, bezieht angesparte Zeit. Einzige Bedingung und zugleich Knackpunkt: die Verpflichtung zur Mitgliedschaft bei der Genossenschaft. «Verpflichtung und Freiwilligenarbeit beissen sich auf den ersten Blick. Dafür habe ich grundsätzlich Verständnis», sagt Margrit Wahrstätter. Die 67-Jährige ist Präsidentin der Genossenschaft KISS Region Baden. Zusammen mit Rosmarie Meier, Koordinatorin und Aktuarin von KISS Region Baden, kommt sie denn auch keinen Moment in Verlegenheit, der gewohnten Skepsis gegenüber diesem System von Freiwilligenarbeit mit Zeitznachweis zu begegnen.

### Schweizweit gültig

«Eigentlich ist es ganz einfach», findet die 71-jährige Rosmarie Meier: «Wir verschenken Zeit. Und zwar dann, wenn wir sie haben.» Zeitgeschenke lassen sich beispielsweise machen mit



Margrit Wahrstätter und Rosmarie Meier: «KISS ermöglicht Menschen, Hilfe anzunehmen, da niemand Bittsteller ist»

BILD: CARMEN FREI

kleinen Reparaturen im Haushalt, dem Ausführen des Hundes, Be- oder Ent-sorgungen, Aufgabenhilfe oder gemeinsamen Gedächtnisspielen. Die dafür investierte Zeit wird dem eigenen KISS-Konto gutgeschrieben. Bei Bedarf kann selber Hilfe angefordert werden. Margrit Wahrstätter: «Gerade für Menschen, die Mühe haben, um Hilfe zu bitten, ist dieses System von Geben und Nehmen eine Erleichterung.» Rosmarie Meier ergänzt: «Als Mitglied kann ich Unterstützung auch dann an-melden, wenn ich selber noch nichts geben konnte. Weil wir schweizweit ver-netzt sind, könnte ich ins Glarnerland

zügeln und dort mein angespartes Gut-haben beanspruchen. Ich kann es aber genauso einer anderen Person schen-ken oder dem Genossenschafts-Pool spenden.»

### Generationenübergreifend

Margrit Wahrstätter: «Viele Nachbar-schaftshilfen versanden im Lauf der Zeit aufgrund von Personenwech-seln oder des Spardrucks der mitfinanzie-renden Gemeinde. KISS hingegen ist beständig aufgestellt.» Die Genossen-schaft KISS Region Baden umfasst 19 politische Gemeinden, zählt 94 Mitglie-der im Alter von 30 bis 96 Jahren. Da-

von sind vier Fünftel im Pensionsalter. «Wir merken, dass viele dieser Mitglie-der gerne ihre Zeit zur Verfügung stel-len. Das Helfen tut ihnen gut und beugt der eigenen Vereinsamung vor», so die Wettinger Einwohnerrätin weiter. «Auch bin ich davon überzeugt, dass diese niederschwellige Hilfe die Ge-sundheitskosten senken und somit die Gemeindefinanzen entlasten kann.» Obwohl die beiden Engagierten eine Konzentration auf den alternden Teil der Bevölkerung nicht verneinen, beto-nen sie, dass jüngere Menschen – etwa nach einem Unfall – ebenso von der gegenseitigen Unterstützung profitie-ren können. «Wir packen die Heraus-forderungen gemeinsam an, mit der Energie, die in uns steckt.»

### Die Nähe zählt

Die KISS-Frauen sehen die Genossen-schaft keineswegs als Konkurrenz zu bestehenden Angeboten. «Es geht uns um lokale, ergänzende Dienstleistun-gen, die Menschen auf Augenhöhe mit-einander verbinden.» Darum sind sie aktiv beim Erschliessen neuer, sinnvol-ler Partnerschaften. Es bestehen be-reits Kooperationen mit Spitexen und Bibliotheken in der Region. Das bedeu-tet etwa, dass die Kundschaft einer Spit-ox mit Kollektivmitgliedschaft bei KISS Region Baden die Dienstleistun-gen ohne persönliche Mitgliedschaft beanspruchen kann. Rosmarie Meier erzählt: «So kam es zum Beispiel zu einem Kontakt mit einem Spitex-Kun-den, der Hilfe beim Kochen brauchte. Ein KISS-Mitglied übernahm die Auf-gabe. Der Kunde entdeckte durch diese Begleitung die Freude am Kochen, wo-raus sich bei ihm eine wahre Passion entwickelte.»

### AGENDA

**DONNERSTAG, 4. NOVEMBER**  
Kreative Post. Schreibwerkstatt für alle. 14 Uhr, reformiertes Kirchgemeindehaus Baden ref-baden.ch

**SONNTAG, 7. NOVEMBER**  
Book & Brunch. Jona Ostfeld liest aus seinem Buch «Nenn mich nicht Grossmutter». 10 bis 12 Uhr, Villa Boveri, Ländliweg 5, Baden. abb-wfs.ch

**MONTAG, 8. NOVEMBER**  
Schnupperprobe im gemischten Chor Wettinger Singkreis. 19 bis 21 Uhr, Aula des Klosters Wettingen. wettinger-singkreis.ch

**DIENSTAG, 9. NOVEMBER**  
Infoabend für interessierte Fahrer beim Rotkreuz-Fahrdienst. 17.30 bis 18.30 Uhr, SRK Kanton Aargau, Regionalstelle Baden, Sonnenbergstrasse 53, Ennetba-den. Anmeldung: 056 222 33 66, anita.vogt@srk-aargau.ch. srk-aargau.ch

**DONNERSTAG, 11. NOVEMBER**  
SeriOrient: Filmklassiker: «Ugetsu monogatari» von Kenji Mizoguchi. 15 Uhr, Kino Orient, orientkino.ch

**DONNERSTAG, 11. NOVEMBER**  
Frauenliebende Frauen im Alter. Eine dialogische Reise ins letzte Jahrhundert der Tabus und Zuschreibungen. 18 bis 19.30 Uhr, Historisches Museum Baden, Wettingerstrasse 2, Baden. Auch als Livestream: museum.baden.ch

**SAMSTAG, 13. NOVEMBER**  
Führer Notschlafstelle Baden. Mit dem Einblick in die sinnstiftende Arbeit werden Freiwillige gesucht. 10 bis 12 Uhr, Haus Erhart, Obere Halde 23, Baden. Anmeldung: 056 221 84 64 oder hope@hope-baden.ch, notschlafstelle-aargau.ch (auch am 20. November)

**DONNERSTAG, 18. NOVEMBER**  
Erzählcafé. Geschichten austauschen und Menschen begegnen. Thema: «Wissen», in Kooperation mit Philothik. 19 bis 21 Uhr, Stadtbibliothek Baden, stadtbibliothek.baden.ch

**DONNERSTAG, 18. NOVEMBER**  
SRRB Senioren-Arena. Häsch gehört...? Referat vom KOJ Institut für Gehörthera-pie. 14 Uhr, reformiertes Kirchgemein-dehaus, Etzelstrasse 22, Wettingen. srrb.ch

### WICHTIGE ADRESSEN

**Benevol Fachstelle für Freiwilligenarbeit**  
Freiwilligenjobsseite: benevol-jobs.ch

**Caritas Aargau Freiwilligenbörse:**  
caritas-aargau.ch/freiwilligen-boerse

**Pro Senectute Aargau, Beratungsstelle Bezirk Baden**  
Bahnhofstrasse 40, Baden  
056 203 40 80  
baden@ag.prosenectute.ch

**Koordinationsstelle Alters-netzwerk Baden**  
Mellingergasse 19, Baden  
056 200 84 62  
altersnetzwerk@baden.ch

Die Sonderseiten «Rund ums Altern» erscheinen – als Koope-ration der Effingermedien AG mit der Koordinationsstelle Altersnetzwerk Baden und der Pro Senectute Region Baden – jeweils am ersten Donnerstag im Monat.



**Sunhalde** Ein Zuhause zum Wohlfühlen.  
Seniorenzentrum

neuwertig und attraktiv  
**Seniorenwohnungen**  
... mit Service  
in Untersiggenthal

www.sunhalde.ch / info@sunhalde.ch / 056 298 50 50

**Selbst bestimmen, was passiert – damit Ihr Wille zählt.**

An der kostenlosen Online-Veranstaltung erfahren Sie das Wichtigste zur **Patientenverfügung** und dem **Erwachsenenschutzrecht**.

Wann:  
18. November 2021, 18 – 19.30 Uhr

Referenten:  
Dr. med. Josef Sachs und Rolf Leuthard

**Anmeldung bis 15. November 2021**  
patientenverfuegung@srk-aargau.ch  
062 835 70 40

Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Aargau



**ZUM WOHLER IHRER FÜSSE**

**Bleiben Sie mobil und unterstützen Sie Ihre Gesundheit**

**MASSAGEN UND NATURHEILKUNDE**

Doris Hitz | Dorfstrasse 78a | 5417 Untersiggenthal  
Telefon 056 288 10 20 | www.dorishitz.ch  
KK anerkannt

**«Rund ums Altern» erscheint ab jetzt jeden Monat.**

Unsere Kundenberater unterbreiten Ihnen gerne eine Inserate- oder eine «Tipps»-Offerte. Rufen Sie unverbindlich an.

**June Costa**  
Telefon 079 841 58 28



**Roger Dürst**  
Telefon 056 460 77 95



**General-Anzeiger Rundschau**