

Wir suchen Sie!

«Zeit schenken»

Freiwilliges Engagement im Besuchs- und Begleitedienst SRK

Möchten Sie ältere Menschen unterstützen und begleiten? Sind Ihre Kinder im Schulalter und suchen Sie eine spannende Herausforderung? Sind Sie neu in der Gegend und möchten Sie sich sozial engagieren? Wohnen Sie weit weg von Ihren eigenen älteren Verwandten und würden Sie gerne Kontakt mit älteren Personen in Ihrer Nähe pflegen? Fühlen Sie sich manchmal selber einsam und sind Sie noch mobil genug, um andere Menschen zu besuchen?

Melden Sie sich bei uns, wir freuen uns auf Sie!

**Schweizerisches Rotes Kreuz
Aargau
Regionalstelle Aarau**
Buchserstrasse 24
5000 Aarau
Telefon 062 835 70 50
srk-aarau@srk-aargau.ch
www.srk-aargau.ch



Schweizerisches Rotes Kreuz 
Aargau

«Welcher Tag ist heute?»



Ältere Menschen stehen vor dem Problem, dass sich ihre sozialen Kontakte stetig verringern. Ihr Freundeskreis wird kleiner und ihre Mobilität ist eingeschränkt. Diese ungewollte Einsamkeit ist sehr belastend. Wer allein ist, dem fehlen Halt und Zuneigung. Menschen, die unter Einsamkeit leiden, brauchen unsere Unterstützung.

Besuchs- und Begleitdienst SRK

Die freiwilligen Mitarbeitenden des SRK besuchen ältere Menschen zuhause und verbringen gesellige Stunden mit ihnen. Die Aktivitäten sind vielfältig: Vorlesen, gemeinsames Kochen, kleinere Handreichungen im Haushalt wie beispielsweise eine Glühbirne wechseln oder Blumen

einpflanzen etc. Auch die Begleitung zum Arzt oder Coiffeur oder ein gemeinsamer Spaziergang im Park bringen Abwechslung in den Alltag.

Das können Sie tun

Sind Sie freundlich und aufgeschlossen, mögen Sie Kontakte zu Mitmenschen und würden Sie sich gerne regelmässig engagieren? Als Freiwillige oder Freiwilliger im Besuchs- und Begleitdienst SRK führen Sie keine Pflegeleistungen aus und benötigen keine speziellen Vorkenntnisse. Sie werden von uns sorgfältig geschult und auf Ihre Tätigkeit vorbereitet. Die Vermittlungsstelle des SRK steht Ihnen gerne für Auskünfte zur Verfügung und freut sich auf Ihre Kontaktaufnahme.

«Dienstag, da besuche ich Sie doch immer!»



Freiwillig etwas Gutes tun

Sie lernen ältere, erfahrene Menschen kennen. In den Gesprächen bekommen Sie Impulse aus vergangenen Jahrzehnten oder gar Jahrhunderten vermittelt. Sie können etwas Gutes tun durch einfaches Dasein, Zuhören, Begleiten, miteinander Lachen, Teilen von Erinnerungen.

Das Gute annehmen

Es ist schön, Besuch zu bekommen, sich auszutauschen. Den Krimi vom Vorabend zu besprechen oder sich gemeinsam über Tarifierhöhungen zu ärgern. Einmal die Woche nicht alleine zu essen oder jemanden zu haben, der einem den Schirm hält, wenn man im Portemonnaie nach Kleingeld sucht. Seine Erfahrungen weitergeben zu können, einen Rat zu erteilen. Es tut gut, wahrgenommen zu werden.

Wohltuende Pause

Unser Angebot ergänzt auch die oft aufreibende Betreuungsleistung von Angehörigen und ermöglicht ihnen eine regelmässige Auszeit. Diese Erholungsphasen schaffen die Basis für mehr Geduld und Ausdauer im Alltag.

«Zeit, die wir uns nehmen,
ist Zeit, die uns etwas gibt.»

Ernst Ferstl

Freiwilligenarbeit ist nie einseitig,
sondern bedeutet immer geben
und nehmen, den Dialog, den
Austausch suchen.