

Etwas Sinnvolles tun - egal wie alt man ist

Ein Artikel der Badischen Zeitung vom 14.08.2015 / von Sina Gesell

BZ-INTERVIEW mit der SPES-Vorsitzenden Ingrid Engelhart darüber, warum Zeitbanken mehr sind als Tauschbörsen und was Ältere für Jüngere tun können.



Unterstützung bekommen die Vereine, die eine Zeitbank gründen wollen, vom Freiburger Verein Spes Zukunftsmodelle. Sina Gesell sprach mit Ingrid Engelhart, Vorsitzende und Geschäftsführerin von SPES, über die Idee hinter dem Konzept und warum es gerade auf dem Land neue Strukturen braucht.

BZ: Frau Engelhart, SPES bedeutet Studiengesellschaft für Projekte zur Erneuerung der Strukturen. Warum und in welchen Bereichen braucht es überhaupt neue Strukturen?

Engelhart: Gerade im ländlichen Raum ist Vieles weggebrochen, angefangen von der Nahversorgung über Banken bis hin zur Post. Und auch im sozialen Bereich ist Vieles in der Gefahr wegzubrechen. Unser Ziel ist es, mit unseren Projekten Lebensqualität zu sichern ...

BZ: ... mithilfe ehrenamtlicher Tätigkeit. Wäre da nicht der Staat in der Pflicht?

Engelhart: Sowohl der Staat als auch die Wirtschaft hat für manche Herausforderungen in der Vergangenheit keine Lösungen gebracht – wie bei der Nahversorgung mit Lebensmitteln oder bei Betreuungs- und Pflegeeinrichtungen für ältere Menschen. In kleinen Dörfern rechnen sich herkömmliche Einrichtungen oft nicht, deswegen braucht es neue Formen wie zum Beispiel Dorfläden, in denen neben Lebensmitteln auch weitere Dienstleistungen angeboten werden, oder ambulante Pflegewohngruppen, damit auch pflegebedürftige Menschen in ihrer vertrauten Umgebung alt werden können. Unsere Projekte beginnen mit bürgerschaftlichem Engagement, aber ein Ziel ist auch, damit neue Arbeitsplätze zu schaffen. In der Umsetzung reicht das Ehrenamt oft nicht aus.

BZ: Anders bei der Zeitbank: Die funktioniert auf rein ehrenamtlicher Basis.

Engelhart: Ja. Nicht nur bei der gegenseitigen Hilfe bekommt man Stunden gut geschrieben, sondern auch für das Engagement, das man in der Vereinsarbeit einbringt, zum Beispiel bei der Stundenverwaltung oder als Vorstand. Es wird kein Geld ausbezahlt für Leistungen.

BZ: Zeit ist die Währung.

Engelhart: Ja, und es gilt das Prinzip: Eine Stunde ist immer eine Stunde, egal ob man eine schwere körperliche Arbeit leistet wie Sprudelkisten in den dritten Stock zu schleppen oder ob man sich beispielsweise Zeit nimmt, mit jemandem einen Spaziergang zu machen. Außerdem ist eine Stunde auch in zehn Jahren immer noch eine Stunde – es gibt keine Inflation.

BZ: Früher hießen die Vereine "Zeitbank 55 plus". Der Zusatz "55" ist im vergangenen Jahr weggefallen. Sollen sich so auch Jüngere angesprochen fühlen?

Engelhart: Wir haben das Konzept aus Österreich übernommen. Anfangs war es so gedacht, dass sich Senioren untereinander helfen. Doch haben sich viele Mitglieder gewünscht, dass der Verein "Zeitbank plus" ein Verein für alle Generationen sein soll.

BZ: Was aber kann ein Älterer für einen Jüngeren tun?

Engelhart: Ich kenne ein Beispiel, da bügelt eine 87-Jährige die Wäsche für eine Familie mit vier Kindern. Für die Familie ist es eine unglaubliche Entlastung, für die Frau eine Wertschätzung und das Gefühl, gebraucht zu werden und helfen zu können. Außerdem sind wir gerade dabei zu überlegen, wie man auch Jugendliche motivieren kann, sich einzubringen.

BZ: Gerade Älteren fällt es dagegen oft schwer, Hilfe anzunehmen.

Engelhart: Wir empfehlen immer, Hilfe auch dann schon in Anspruch zu nehmen, wenn es noch gar nicht unbedingt nötig ist. Auch Geben und Nehmen muss man erst lernen. Wenn man da erst mit 80 anfängt, wird es schwierig. Außerdem macht Vieles gemeinsam mehr Spaß.

BZ: Ist das auch der Unterschied zur reinen Tauschbörse?

Engelhart: Bei der Zeitbank ist die Beziehungsebene ebenso wichtig wie die gegenseitige Hilfe. Das Ziel ist, dass sich die Menschen besser kennenlernen und nicht vereinsamen, sondern eingebunden werden. Und sie machen die Erfahrung, etwas Sinnvolles tun zu können, egal wie alt man ist.

Ingrid Engelhart ist die Vorsitzende und Geschäftsführerin von SPES in Freiburg, die sie 2008 mitgegründet hat. Die 53-Jährige lebt mit Familie in Waldkirch.

→ [Originalartikel der BZ](#)