

Zeitschrift: Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz
Herausgeber: Spitex Verband Schweiz
Band: - (2017)
Heft: 3

Artikel: Nachbarschaftshilfe als Altersvorsorge
Autor: Rambaldi, Nadia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-853565>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 04.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Nachbarschaftshilfe als Altersvorsorge

Die Genossenschaft Zeitgut in Luzern vermittelt Nachbarschaftshilfe gegen Zeit-Gutschriften. Diese Zeitvorsorge soll als Ergänzung zur Altersvorsorge dienen, denn jede geleistete Stunde kann in einer hilfsbedürftigen Situation wieder bezogen werden.

Elke Bleuel strahlt über das ganze Gesicht, als sie Monika Hotz die Tür öffnet. Die wöchentlichen Treffen mit der freiwilligen Helferin von Zeitgut sind zum wichtigen Bestandteil ihres Lebens geworden. Die beiden Frauen trinken zusammen Tee und haben sich viel zu erzählen. «Monika ist so viel unterwegs und erzählt mir immer von ihren Abenteuern», freut sich die 75-jährige Elke Bleuel. Sie leidet an einer generalisierten progredienten Dystonie und ist deshalb nicht mehr so mobil. Doch die Frau ist voller Lebensfreude und teilt diese auch sehr gerne mit Monika Hotz (70). Monika Hotz wiederum findet, Elke Bleuel müsste eigentlich ein Buch schreiben, so spannend sei ihr Leben verlaufen. «Elke ist eine sehr gute Erzählerin und hat mich schon auf manche Idee gebracht.» Die wöchentlichen Tref-

fen tun beiden gut. Die unterstützende Begleitung, welche Elke Bleuel in Monika Hotz gefunden hat, sorgt für eine stabilere Gesundheit und mehr Lebenskraft. Doch wie haben sich die beiden Frauen gefunden? Elke Bleuel bezieht hauswirtschaftliche Leistungen bei der Spitex Luzern: «Die Haushelferin hatte den Eindruck, ich könnte noch etwas Gesellschaft vertragen, da ich selten rauskomme» erinnert sich Elke Bleuel. Die Spitex Luzern ist Kollektivgenossenschaft von Zeitgut, einem Verein, der eine neue Art der Nachbarschaftshilfe anbietet. So hat die Spitex Stadt Luzern die Genossenschaft Zeitgut gebeten, für Elke Bleuel eine passende Gesprächspartnerin zu suchen. Nicole Triponez, die Verantwortliche Koordination & Beratung bei Zeitgut, hat die passende Person unter ihren freiwilligen Helfern schnell gefunden. Seither trinken Elke Bleuel und Monika Hotz jeden Donnerstag zusammen einen Tee.

Elke Bleuel (l.) und Monika Hotz sind Tandem-Partner und trinken gerne gemeinsam Tee. Bild: RA



Aus KISS wurde Zeitgut

Die Genossenschaft Zeitgut Luzern ist Mitglied des Netzwerkes KISS Schweiz (siehe Kasten) und war 2014 der erste regionale Ableger dieser Genossenschaft. Die Luzerner haben aber vor zwei Jahren den Namen ändern lassen: «Der Name KISS hat bei uns zu Kontroversen geführt», begründet Nicole Triponez den Entscheid. Die Nachbarschaftshilfe von Zeitgut und auch von KISS beruht auf der Solidarität zwischen den Generationen. Bei dieser gegenseitigen Nachbarschaftshilfe geht es nicht um professionelle Pflege oder hauswirtschaftliche Leistungen, die werden weiterhin durch Spitzex-Organisationen erbracht. Es geht vielmehr um Betreuung und Begleitung, um kleine Hilfeleistungen, die den Alltag erleichtern: einkaufen, vorlesen, gemeinsam spazieren gehen und oder den schweren Wäschekorb in den dritten Stock tragen. Jeder Genossenschafter bekommt ein Zeitkonto, auf welchem ihm die geleisteten Stunden gutgeschrieben werden. Dadurch ent-

steht eine geldfreie 4. Vorsorgesäule für das Alter: Die Mitglieder von Zeitgut erwerben sich durch ihre Arbeit ein Zeitguthaben für später und erhöhen damit ihre eigene soziale Sicherheit. In anderen Worten: jede Stunde, die Monika Hotz bei Zeitgut in Freiwilligenarbeit investiert, wird ihrem Zeitkonto gutgeschrieben und sie wird sie einmal selber einlösen können, egal für welche Unterstützung. Zeitgut unterscheidet nicht nach verschiedenen Tätigkeiten, «eine Stunde ist eine Stunde», betont Nicole Triponez. Jemand, der eine Stunde vorliest, kann sich später mal eine Stunde beim Einkaufen helfen lassen.

Auch für pflegende Angehörige interessant

Mitmachen kann jeder, der sich gesellschaftlich engagieren will und mit einem Anteilschein von 100 Franken Genossenschafter von Zeitgut wird. «Die hohe Mitbestimmung der Genossenschafter führt dazu, dass wir sehr viele Personen ansprechen. Ausserdem verpflichtet sich niemand und jede Person kann eine Tätigkeit anbieten, die ihr Freude bereitet», erklärt Regula Schärli, Geschäftsführerin von Zeitgut. Auch pflegende Angehörige können sich, wenn sie der Genossenschaft beitreten, bis zu sechs Stunden gutschreiben lassen. «Dadurch haben sie die Möglichkeit, sich zu entlasten. Das System senkt die Hemmschwelle, sich Hilfe zu holen», ist Regula Schärli überzeugt.

Die Finanzierung stellt die Genossenschaft aber vor gewisse Schwierigkeiten. «Wir mussten einen Jahresbeitrag von 50 Franken einführen, um die Eigenfinanzierung zu erhöhen», erklärt Regula Schärli. Ausserdem haben sie eine Kollektivmitgliedschaft für Institutionen wie Spitäler, Heime und auch die Spitex eingeführt. «So können die Freiwilligen dieser Institutionen auch Stunden sammeln», erklärt Regula Schärli, «das ist zugleich ein weiterer Anreiz für ein freiwilliges Engagement.» Die freiwilligen Helferinnen und Helfer im Bereich Demenz der Spitex Stadt Luzern können ihre Stunden ebenfalls anrechnen lassen, sofern sie Genossenschafter sind bei Zeitgut.

Tamara Renner, Geschäftsleiterin der Spitex Stadt Luzern, war eine der ersten Genossenschafterinnen von Zeitgut und sieht in der Nachbarschaftshilfe eine Ergänzung zum eigenen Angebot: «Es ist gut zu wissen, dass unsere Klienten und Klientinnen in der Alltagsbetreuung und -gestaltung in guten Händen sind. Und wenn es auch zwischenmenschlich klappt, ist das umso erfreulicher.»

Wer passt zusammen?

Dafür, dass es zwischenmenschlich klappt, sorgt Nicole Triponez. Sie bringt als Verantwortliche Koordination & Beratung Menschen als Tandems zusammen. Diese Tandems können über mehrere Monate hinweg bestehen. Die Tandem-Partner gehen dabei eine Vereinbarung ein, wie und in welchem Umfang die gewünschte Unterstützung geleistet wird. «Es kommt relativ häufig vor, dass uns Spitex-Fachper-

Verein KISS

red. Der Verein KISS setzt sich schweizweit für die Stärkung von Eigenverantwortung und Gemeinsinn ein. Menschen aller Generationen unterstützen sich gegenseitig – im Besonderen in Notfällen und im Alter. So können sie in ihrer eigenen Wohnung möglichst lange eigenständig wohnen und in ihrer angestammten Umgebung integriert leben – zu tragbaren Kosten.

Derzeit bestehen in der Schweiz acht Genossenschaften von KISS: Cham, Glarus Oberfreiamt, Obwalden, Toggenburg, Uster, Zug und Luzern. Acht weitere sind im Aufbau. Das Ziel lautet, ein flächendeckendes Netz an Genossenschaften in der ganzen Schweiz zu bilden, damit die Zeitguthaben auch bei einem Wechsel des Wohnortes eingelöst werden können.

➤ www.kiss-zeit.ch

sonen für ihre Klienten kontaktieren», erzählt Nicole Triponez. In einem ersten Erfassungsgespräch beim Klienten holt Nicole Triponez die Bedürfnisse ab und gleicht sie mit den Angeboten der Genossenschafter ab. Dabei spielt auch die räumliche Nähe zwischen den Tandempartnern eine Rolle sowie Hobbys und Interessen. Wenn sie einen geeigneten Tandempartner gefunden hat, folgt ein Gespräch zu dritt, in dem noch einmal genau besprochen wird, wie die Unterstützung aussehen soll. «Wenn dann beide Ja sagen, hat sich ein Tandem-Gespann gefunden», freut sich Triponez. Ihre Erfolgsquote ist hoch: In 170 Tandems, die sie in den letzten vier Jahren vermittelt hat, hat es nur zweimal nicht geklappt. Danach gibt es eine schriftliche Vereinbarung, in welcher die Leistung beschrieben und der Rhythmus festgelegt wird und auch Versicherungsfragen geklärt werden. «Falls sich die Bedürfnisse im Laufe der Zeit ändern, kann die Vereinbarung jederzeit geändert oder aufgelöst werden.»

Ihre Vereinbarung aufzulösen, daran denken Elke Bleuel und Monika Hotz nicht im Geringsten. Im Gegenteil, die beiden haben noch viel vor, sobald Elke Bleuel wieder etwas mobiler ist. Die Rede ist von gemeinsamen Spaziergängen. Eine Erweiterung der Vereinbarung sozusagen.

Nadia Rambaldi

➤ www.zeitgut.org