

Zeitgut

Man schenkt nicht nur Zeit, man kriegt auch etwas zurück

Interview mit Zeitgut-Mitglied Mengia Degonda

Das Maihofquartier ist ein lebendiger Ort. Hier wohnen Menschen aller Generationen, auch viele Familien mit Kindern. Doch auch in diesem Quartier gibt es Menschen, die vielleicht einsam, gerade gesundheitlich angeschlagen oder schon etwas älter sind und Sozialkontakte oder auch mal Hilfe benötigen. Neben den professionellen Hilfsangeboten gibt es die Genossenschaft Zeitgut, wo sich Mitglieder im Rahmen der Nachbarschaftshilfe einbringen, ohne Geld dafür anzunehmen. Die geleisteten Stunden werden gutgeschrieben und bilden ein Zeitguthaben. Wir haben uns mit dem Zeitgut-Mitglied Mengia Degonda unterhalten, die sowohl Geberin als auch Nehmerin ist.



In Ihrer gemütlichen, hellen Stube im Maihofquartier erwartet uns Mengia Degonda bereits mit einem fein duftenden Pfefferminztee. Sie ist eine zierliche Frau mit einem klugen und festen Blick, sie freut sich, mit uns über ihre Erfahrungen mit der Genossenschaft Zeitgut zu sprechen.

Frau Degonda, vielen Dank, dass Sie uns empfangen. Sie sind ja Mitglied bei Zeitgut Luzern und haben bereits als Geberin und als Nehmerin Erfahrungen gesammelt. Wie sind Sie zu Zeitgut gekommen?

Tatsächlich kenne ich die Präsidentin von Zeitgut Luzern gut, Angelica Ferroni war mal meine Nachbarin. Sie hat mir dann von Zeitgut erzählt und ich fand das eine wirklich gute Sache. So bin ich als Mitglied beigetreten, um die Genossenschaft ideell zu unterstützen.

Kurz darauf wurde ich allerdings schwer krank. Nach dem Spitalaufenthalt und der Reha hatte ich Mühe, meinen Alltag zu bewältigen. Ich war schwach und musste viel liegen.

Da ist mir Zeitgut wieder eingefallen und ich habe mich bei der Koordina-

torin Nicole Triponez gemeldet. Zu Beginn hatte ich Mühe, Hilfe anzunehmen, ohne etwas zu bezahlen. Doch Angelica hat mir erklärt, dass die Leute anstelle von monetärer Abgeltung Stunden gutgeschrieben erhalten. Sie ist dafür sogar vorbeigekommen und war mir selbst behilflich, um mir so zu zeigen, dass ich Hilfe ohne schlechtes Gewissen annehmen kann.

Es ist eben einfacher, Hilfe zu geben als anzunehmen, das geht den meisten Leuten so. So habe ich aber eingewilligt und die Koordinatorin hat mir eine ganz tolle junge Frau vermittelt, die mir tatkräftig zur Hand ging. Sie war mir eine grosse Hilfe.

Sie selbst hatte einige Probleme zuhause, so dass auch ihr etwas geben konnte. Sie hat mir im Alltag geholfen und gleichzeitig habe ich ihr mein Ohr geliehen. So war es eine Win-Win-Situation.

Doch dann hat sie eine Stelle auf dem Arbeitsmarkt gefunden und konnte sich nicht mehr für Zeitgut einsetzen. Mir ging es immer besser, so brauchte ich ihre Hilfe nicht mehr so dringend. Doch die Unterstützung war wirklich äusserst wertvoll, sie hat mir sehr durch diese schwere Zeit geholfen, bis ich wieder bei Kräften war.

Wie ist die Bildung des Tandems aus Geberin und Nehmerin abgelaufen?

Die Koordinatorin hat meine Wünsche aufgenommen und auch gefragt, was ich selbst mal anbieten könnte. Zum Beispiel etwas vorlesen, einfache

Schreibearbeiten, mit jemandem spazieren gehen oder im Garten helfen.

Ihr ist dann diese junge Frau eingefallen, die auch gemäss der Zeitgut-Kartei genau zu meinen Bedürfnissen passen würde. Die Koordinatorin ist mit der Geberin dann bei mir vorbeigekommen. Wir waren uns sofort sympathisch. Die Betreuung durch die Koordinatorin Nicole war wirklich sehr professionell.

Dann machen Sie ja noch in Tandems mit, in denen Sie die Geberin sind. Wie ist denn das abgelaufen?

Hier hat mich die Koordinatorin angefragt, ob ich mit einer älteren Dame aus dem Quartier alle zwei Wochen am Dienstag spazieren gehen könnte, so von 15 bis 17 Uhr. Ich habe zugesagt. Auch da hatten wir ein Treffen bei der älteren Dame mit mir und der Koordinatorin abgemacht, wir kamen zu einem Tandem-Abschluss. Es ist sehr bereichernd mit ihr. Oft wird der «zweiwöchentliche Einsatz» deshalb zeitlich länger. Sie hat mir unter anderem viele neue Wege und Orte gezeigt, die ich gar nicht gekannt habe, wie den Klostergarten im Wesemlin oder den Weg ins Unterlöchli.

Da sie wegen der Hüfte immer mehr Mühe mit Spazieren hatte, konnte ich sie mit dem Auto etwas ausfahren. Da sind wir zum Beispiel nach Schwarzenberg gefahren, um auf der Terrasse des Restaurants etwas zu trinken. Das hat uns beiden gutgetan.

Als es dann gar nicht mehr ging mit dem Spazieren, haben wir bei ihr zuhause Spiele gemacht. Der Dienstag alle zwei Wochen ist für mich immer ein Highlight. Die Dame ist über 80 Jahre alt und noch topfit im Kopf und wach. Sie weiss wirklich viel und ist sehr interessiert.

Nun kommt ja noch jemand zu Ihnen, um bei Ihnen im Garten zu helfen. Können Sie uns auch davon erzählen?

Au ja, das ist auch so eine feine Sache. Ich bewirtschafte einen grossen Teil des Gartens des Wohnblocks, was mir Freude bereitet, aber auch viel Arbeit macht. Und gerade für die schweren Arbeiten bat ich Frau Triponez um Hilfe. Sie schaute die Kartei durch und fand dort einen Mann, der wie ich Interesse an Permakultur hat und sich auch fürs Gärtnern begeistert. Er übernimmt die schweren Arbeiten, er hat mir zum dabei Beispiel geholfen, gemeinsam den gemauerten Grill an den Rand des Grundstücks zu versetzen.

Von ihm habe ich auch gelernt, wie Aschedünger durch Pyrolyse hergestellt wird, sehr interessant. Oder den wuchernden Zierlorbeer, den wollte ich weghaben. So konnte ich mir eine Motorsäge ausleihen. Er hat dann die Sträucher entfernt, die Äste habe ich währenddessen gebündelt.

Ich wollte natürlich auch etwas geben. Auf meine Rückfrage meinte er, dass er froh wäre, ab und zu mein Auto ausleihen zu dürfen. Also wenn es nur rumsteht, ist das für mich kein Problem, wenn es zeitlich passt.

Mit dem Zeitguthaben gibt es einen Ausgleich, da geht er ja nicht leer aus.

Ja genau. Allerdings vergesse ich oft, die Stunden zu melden. Das ist nicht gut, ich weiss, ich muss das noch nachholen.

Wäre gut, ja, denn gerade bei frischen Verbindungen ist es sehr wichtig, dass die Stunden gemeldet werden, sonst wird dieses Tandem aus Gebenden und Nehmenden nicht gezählt.

Ui, dann mache ich das natürlich gleich. Die Zeitgut-Buchhaltung muss ja auch der Stadt vorgelegt werden, so wie mir das die Frau Triponez erzählt hat. Die Zeit ist ja ein Guthaben.

Genau. Die Stunden, die man nicht selbst nutzen möchte, können auch gespendet werden, diese kommen dann einer anderen Person zugute.

Ja, das ist eine gute Sache.

Ach ja, die ältere Dame, von der ich erzählt habe, hat eine neue Hüfte er-



halten und ist im Moment in der Reha. Doch leider kann man sie wegen Corona nicht besuchen. Und so haben wir abgemacht, dass ich sie ab und zu anrufen darf, sie freut sich immer sehr. Denn bereits um 17 Uhr gibt es das Znacht, dann wird der Abend sehr lang.

Sie sind noch in einem Tandem mit dem Herrn, der Ihnen beim Gärtnern hilft und mit der Dame, die bald wieder aus der Reha nach Hause darf. Das sind die beiden Gespanne, die noch laufen, oder?

Ja genau. Die junge Frau, die mir zu Beginn geholfen hat, ist jetzt wieder voll im Arbeitsleben und das ist auch gut so. Zu ihr habe ich auch keinen Kontakt mehr. Aber mit den anderen Tandem-Mitgliedern gibt es mit der Zeit eine Verbundenheit, eine Ver-

Die Genossenschaft Zeitgut Luzern vermittelt Nachbarschaftshilfe in Luzern und Agglomeration. Dabei geht es weder um professionelle Pflege noch Hausarbeit oder Fahrdienste, sondern um den Aufbau von Sozialkontakten und auch die punktuelle Begleitung im Alltag. Es fliesst kein Geld zwischen Gebenden und Nehmenden, welche ein sogenanntes «Tandem» bilden. Dafür werden Stunden gutgeschrieben, wenn man jemandem hilft, und abgebucht, wenn man Hilfe in Anspruch nimmt. Der Anteilschein kostet CHF 100 und der Jahresbeitrag für Mitglieder ist CHF 50. Nähere Informationen erhalten Sie unter www.zeitgut-luzern.ch oder unter Telefon 079 369 57 51.

trautheit. Man schenkt nicht nur Zeit, man kriegt auch etwas zurück.

Sie würden also Zeitgut empfehlen?

Ja, unbedingt. Viele Leute kenne die Genossenschaft Zeitgut Luzern ja gar nicht. Ich erzähle viel davon. Und jetzt ist Zeitgut ja gemeinsam mit Vicino öfter in der Zeitung erwähnt worden, im Zusammenhang mit der Quartierhilfe und wegen Corona.

Sie haben ja nun die Koordination öfters erwähnt, wie haben Sie diese denn so erlebt?

Sehr positiv, wirklich. Zeitgut organisiert ja auch ab und zu Erfahrungstreffen in den Quartieren, wo sich die Gebenden und nehmenden Mitglieder treffen. Aber wegen Corona finden diese zurzeit nicht statt.

Auch kriegen wir immer interessante Informationen, dass zum Beispiel am 18. Februar 2021 ein DOK-Film zum Tabu-Thema Einsamkeit im Schweizer Fernsehen ausgestrahlt wurde, in dem auch Zeitgut ein Thema war. Man fühlt sich stets gut informiert, der Kontakt ist immer da und bei Fragen kriegt man auch fundierte Antworten.

Die Koordinatorinnen sind sehr aktiv, sie sind nicht nur «graue Personen» im Hintergrund. Ich schätze das sehr.

Nicole Triponez sagte auch, dass sie weiss, dass viele Leute Mühe haben, Hilfe eben auch anzunehmen.

In der Tat, es ist oft einfacher, wenn die Leute bereits über Stunden auf dem Konto verfügen, mit denen sie die Hilfe «bezahlen» können. Und dafür sind ja die gespendeten Stunden gedacht.

Ja, auch ich habe Stunden geschenkt erhalten zu Beginn. Das hilft, die Hemmschwelle zu senken. Man weiss, dass man die Stunden dann auch aufbrauchen kann.

Frau Degonda, vielen herzlichen Dank für das freundliche Gespräch.

Interview: Cornelia Glanzmann, Koordinatorin bei Zeitgut Luzern
Autor: Alain Zanolari