

## «Manchmal bin ich einfach nur da»

**Die Freiwillige Sarah begleitet seit November 2022 das Paar Robert und Brigitta. Sarah hat Sozialantroposophie studiert und möchte nebst ihrem Studium sich freiwillig in ihrem Quartier engagieren. Das vielfältige und «einfache» Angebot von Nachbarschaft Bern war das Hauptkriterium, warum sie sich für ein freiwilliges Engagement bei Nachbarschaft Bern entschieden hat. Das Tandem liess sich jedoch nicht im unmittelbaren Quartier zusammenbringen. Die Unterstützungsanfrage stammte aus der Engehalbinsel. Sozusagen eine Brücke von der Länggasse auf die Engehalbinsel.**

Das Paar Robert und Brigitta hat sich bei Nachbarschaft Bern gemeldet, weil Brigitta eine Entlastung bei der Alltagsbegleitung ihres Partners braucht. Robert hat nach wiederholtem Schlaganfall seinen Alltag mit Einschränkungen zu meistern. Er ist auf Begleitung und Betreuung seiner Partnerin angewiesen. Es sind bereits unterschiedliche Hilfsorganisationen involviert, die pflegerische und medizinische Aufgaben übernehmen. Zur Entlastung von Brigitta, insbesondere damit sie eigene Termine wahrnehmen kann, ohne ihren Partner dafür mitzubringen, war sie auf der Suche nach einer/einem Freiwillige:n. Dies war eine bewusste Entscheidung, um eine Person persönlich kennenzulernen, die Interesse am Menschen hat und nicht ausschliesslich bezahlte Dienstleistungen in Betracht zu ziehen. Hinzu kommt, dass bei professionellen Anbieter:innen schnell hohe Kosten anfallen, was sich viele nicht leisten können. Dem Paar ist es wichtig, dass Sarah eigene Interessen einbringen kann, damit die Freizeitgestaltung für alle stimmig ist. Nach dem Vermittlungsgespräch war für Brigitta klar. «Das passt. Das kommt gut!». Und das ist es auch schon seit einem Jahr.

**Almaz:** Ja, ich habe auch andere Familien aus der Nachbarschaft kennen gelernt. Und ich lernte Angebote für meine Kinder im Quartier kennen und wohin ich mich bei Fragen wenden kann.

### ..... Würdest Du schrittweise weiterempfehlen?

**Almaz:** Ja, klar! Ich erzähle anderen Familien immer von schrittweise und motiviere sie, sich auch anzumelden. Leider wohnen viele meiner Freund\*innen ausserhalb der Stadt Bern und es gibt nicht überall ein vergleichbares Programm.

INTERVIEW MIT ALMAZ NEGASI UND KELNAS SHEKHO,  
BILDER UND TEXT: TAMARA KÄMPF, OKTOBER 2022

### «Kaffeetrinken und Schokoladenkuchen essen»

Robert hat am Reisen, an Geschichte und Kulturen Interesse. Er unterhält sich sehr gerne bei Kaffee und Schokoladenkuchen mit anderen Menschen. Mit Sarah ist es besonders schön, weil sie ein kommunikativer und emphatischer Mensch ist. Bei Ausflügen kommt's auch auf Roberts körperliche Verfassung an. «Manchmal ist er müde und schläft. Manchmal bin ich einfach nur da. Dann lese ich. Es ist jedoch wichtig, dass jemand präsent ist.»

### «Wir sind froh, dass Sarah Grosseinkäufe für uns mit ihrem Auto erledigt»

Es sind aber auch andere Aufgaben im Alltag, bei denen Sarah ein- bis zweimal monatlich Unterstützung anbietet. Bei Grosseinkäufen kann sie mit ihrem Auto aushelfen, da Einkaufsmöglichkeiten auf der Engehalbinsel beschränkt sind und grössere Distanzen mit dem Bus für das Paar herausfordernd sind. Brigitta ist glücklich darüber, dass Sarah ihnen im Alltag hilft. «Die beiden haben es gut zusammen. Sarah ist empathisch und verlässlich. Es ist immer sehr schön, wenn Sarah kommt, sie ist eine Bereicherung für uns und wir sind ihr sehr dankbar für ihre selbstlose und einfühlsame Unterstützung und froh darüber, dass Nachbarschaft Bern das möglich gemacht hat.»

STEFAN FASEL

## Aktuell gesucht:

### Freiwillige auf der Engehalbinsel gesucht!

Wenn du dir vorstellen kannst, eine erwachsene Person bei Einkäufen oder in der Alltagsbegleitung zu unterstützen, dann melde dich doch bei uns!

Wir freuen uns über Interessierte!

Tel. 031 382 50 90 (Mo-Do)  
info@nachbarschaft-bern.ch  
www.nachbarschaft-bern.ch

