



# Zeit verschenken, anderen helfen

**SOZIALES ENGAGEMENT.** Über 260 Freiwillige engagieren sich für die Initiative FAMILIENemPOWERment des Vorarlberger Kinderdorfes. Sie bereiten durch ihre kleine Hilfe und ihr Engagement anderen eine große Freude und bewirken so im Kleinen etwas Großes.

Von Alexandra Dittrich

**Z**eit ist ein enorm kostbares Gut – alle beklagen sich, sie haben zu wenig davon. Ich bin in der glücklichen Lage, einen Teil meiner Zeit durch richtiges Planen zu verschenken und so Menschen direkt, unbürokratisch und sofort helfen zu können. Inzwischen bin ich schon drei Jahre beim FAMILIENemPOWERment und fühle mich sehr bereichert. Es ist schön zu erleben, dass man gerade auch im Kleinen etwas Großes bewirken kann – Das sagt Helga Oberhofer

über ihre ehrenamtliche Tätigkeit für die Initiative FAMILIENemPOWERment des Vorarlberger Kinderdorfes.

## Herausforderung Alltag

Wer von uns ist in Sachen Kinderbetreuung nicht auch schon einmal vor einem riesengroßen Problem gestanden? Alleinerziehende müssen Familie und Beruf unter einen Hut bringen. Zugezogene verfügen über kein entsprechendes soziales Netz. Einzelkindern fehlt ein Spielkamerad. Eine Krankheit in der Familie nagt an

den Zeitreserven und legt die Nerven blank. Vor solchen oder ähnlichen Schwierigkeiten ist leider niemand gefeit. Gut, wenn es einen Ausweg gibt und Menschen freiwillig ihre Hilfe anbieten. Denn schon eine kleine praktische Hilfe im Ausmaß von zwei bis drei Stunden pro Woche kann eine zum Zerreißen angespannte Situation wesentlich entspannen.

## Stärke übertragen

Helga Oberhofer aus Schwarzach ist eine von über 260 Freiwilligen, die sich für die Initiative

FAMILIENemPOWERment engagieren. Seit 2005 organisiert das Vorarlberger Kinderdorf mit Unterstützung des Familienreferates des Landes Vorarlberg mit diesem Präventionsangebot Nachbarschaftshilfe über die Dorfgrenzen hinaus. „Empowerment“ ist ein Begriff aus dem Englischen und bedeutet soviel wie „Übertragung von Stärke/Verantwortung“. Der Begriff steht für eine professionelle Haltung, die das Ziel verfolgt, Potenziale der Selbstverantwortung, Selbstbestimmung, Selbstorganisation und des gemeinschaftlichen Handelns zu fördern. FAMILIENemPOWERment beinhaltet in diesem Sinne alles, was Familien Mut und Kraft für den Alltag gibt. Anders gesagt: Fami-

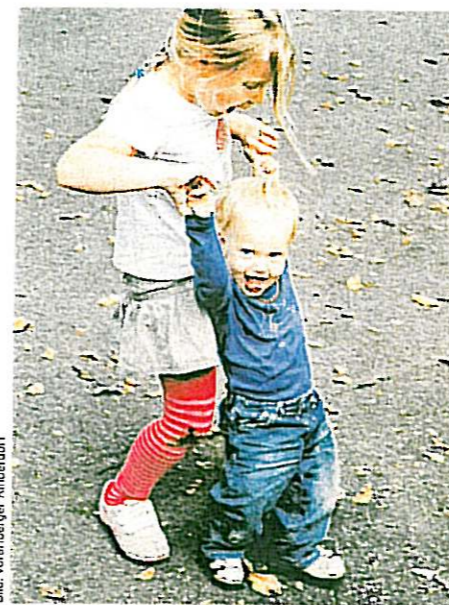
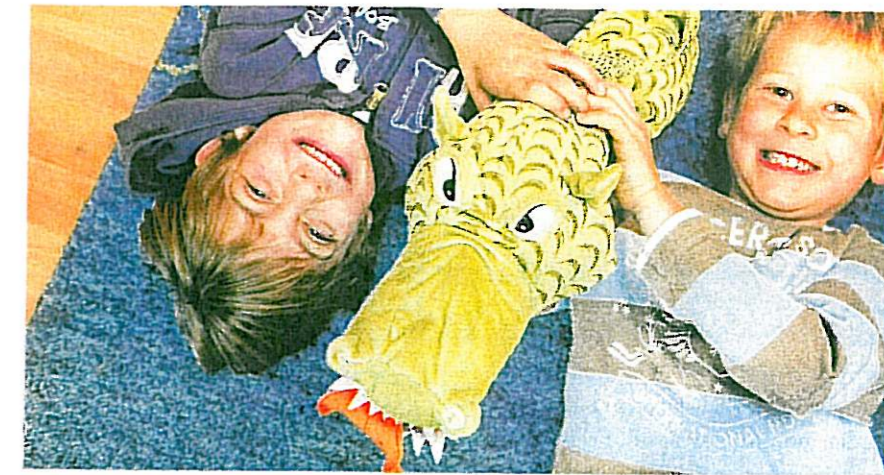


Bild: Vorarlberger Kinderdorf

lien und Kindern in schwierigen Situationen soll mittels Zeit, Erfahrung und praktischer Hilfe aus der Patsche geholfen und für die Zukunft der Rücken gestärkt werden. Diese „kleinen Hilfen“ reichen von Spielen, (Deutsch-) Lernen, Spaziergehen mit Kindern bis hin zu Fahrdiensten (etwa zu Arztterminen) oder Familienfreundschaften.

## Koordination & Begleitung

Das Vorarlberger Kinderdorf stellt für diese Initiative den entsprechenden Rahmen zur Verfügung. Fünf Regionalkoordinatorinnen sind dafür verantwortlich, dass Hilfesuchende ihren Rettungsanker auch tatsächlich finden. Freiwillige und Suchende werden unter klaren Rahmenbedingungen zusammengebracht. Damit jedoch nicht genug: Allen Familien bietet

sich in weiterer Folge die Möglichkeit fassendes Programm an Begleitung, I dung und Austausch in Anspruch zu n Versicherungsschutz inklusive. „Mit Maßnahmen bieten wir den Familien e cheren Rahmen, das ist für alle Beteiligten wichtig“, betont Theresia Sagmeister, das FAMILIENemPOWERment beim berger Kinderdorf verantwortlich zeich gleichzeitig als Regionalkoordinatorin Bezirk Bregenz im Einsatz ist.

## Ein guter Spielkamerad

„In unserem Wohnblock ist Florian das Kind, in der Nachbarschaft gibt es nur Kinder. Darum wollten wir einen Spielraden für unseren Sohn finden, der regelmäßig zu uns kommt“, erzählt

## Neuauflagen

**Bücher der Autorin und Illustratorin Monika Hehle – ab jetzt wieder im Buchhandel erhältlich.**

's Ländle – eine Kinderreise durch Vorarlberg in 96 Geschichten

**19,90 Euro**

's Ländlejahr – der Kinderführer zu Festen und Bräuchen in Vorarlberg

**19,90 Euro**

Ein Stück Heimat – Kochrezepte und Geschichten aus aller Welt

**22,- Euro**

Zauberwerk – Kann man Strichmännchen töpfern? Können Steine Geschichten erzählen?

**19,80 Euro**



**FAMILIENFREUNDSCHAFT.** Wöchentlich verabreden sich Birgit Spielberger und Eva Muther-Gstach mit ihren beiden Söhnen zum Spielen, oder um gemeinsam etwas zu unternehmen.

Birgit Spielberger aus Rankweil über ihre persönlichen Beweggründe sich an das Vorarlberger Kinderdorf zu wenden. Auf die Initiative aufmerksam gemacht wurde sie von einer Nachbarin. „Also habe ich Kontakt mit der Regionalkoordinatorin für den Bezirk Feldkirch, Isolde Feurstein, aufgenommen. Isolde hat dann einen ersten Kennenlern-Termin mit Eva und Raphael vereinbart. Wir waren uns auf Anhieb sympathisch, unsere Buben sind nach kurzer Zeit im Kinderzimmer verschwunden und so ist allmählich eine tolle Familienfreundschaft



entstanden.“ Seither hält Birgit Spielberger mit Eva Muther-Gstach aus Klaus Kontakt. Wöchentlich verabreden sich die beiden – einmal spielen die Buben in Rankweil bei den Spielbergers, das andere Mal bei der Familie Muther-Gstach. Auch den einen oder anderen Ausflug hat man schon gemeinsam unternommen.

sehen kann.“ Sie selbst findet es „einfach toll, Menschen und Familien in ähnlichen Situationen kennenzulernen und sich gegenseitig helfen zu können.“ Die beiden Buben sehen die ganze Sache naturgemäß aus einem anderen Blickwinkel – für sie ist die Freundschaft und das gemeinsame Spielen das Wichtigste. Der Rest kümmert Raphael und Florian wenig. Da haben sich zwei gefunden!

## EHRENAMTLICHE HELFER GESUCHT

Ehrenamtliche des FAMILIENemPOWERments bringen Bewegung, Abwechslung und viel Entlastung in Familien und gewinnen dabei nicht selten Freunde fürs Leben.

Informationen finden Interessierte unter: [www.voki.at/ehrenamt](http://www.voki.at/ehrenamt)

Oder man wendet sich an eine der fünf Regionalkoordinatorinnen in Vorarlberg:

■ **Gesamtleitung & Bezirk Bregenz:**

Theresia Sagmeister  
Tel. 05574/4992 54

■ **Region Bregenzerwald:**

Annä Maria Baurenhas Sohm  
Tel. 0676/9499004

■ **Bezirk Dornbirn:**

Sandra Wohlgenannt  
Tel. 0650/4992 065

■ **Bezirk Feldkirch:**

Isolde Feurstein  
Tel. 0676/4992 077

■ **Bezirk Bludenz:**

Alexandra Dobler  
Tel. 0676/4992 078

### Für die eigene Familie

Mit Eva Muther-Gstach ist Birgit Spielberger auf eine erfahrene Freiwillige des FAMILIENemPOWERments gestoßen. Vor dem Beginn dieser Familienfreundschaft betreute Eva Muther-Gstach als Ehrenamtliche eine Familie mit Zwillingen. Die schönen und wertvollen Erfahrungen, die sie bei dieser Arbeit kennenlernte, wollte sie in weiterer Folge ihrer ganzen Familie zugänglich machen: „Ich dachte mir ganz einfach, dass das für den eigenen Sohn auch schön wäre. Raphael ist ein Nachzügler und profitiert sehr davon, einen Spielkameraden zu haben, den er regelmäßig

### Tolles Fortbildungsprogramm

Begeistert zeigt sich Birgit Spielberger vom Fortbildungsprogramm. „Erst kürzlich habe ich einen Vortrag zum Thema Sprachförderung für Kleinkinder in Bludenz besucht. Am Anfang habe ich auch an einer Reflexionsgruppe der Ehrenamtlichen teilgenommen“, berichtet Spielberger über ihre Erfahrungen. „In diesen Gruppen findet man Austausch mit Gleichgesinnten und wird professionell bei seiner Tätigkeit unterstützt. Das ist wirklich wichtig für die Ehrenamtlichen.“

