



## Helpen tut allen gut

Glück im Doppelpack: Ihre kleinen Zwillinge sind das absolute Highlight der jungen Dornbirner Familie, das aufgeweckte Duo fordert aber auch sehr. Für diese und viele andere Eltern sucht das Vorarlberger Kinderdorf Ehrenamtliche, die Kindern wöchentlich zwei bis drei Stunden ihre ganze Aufmerksamkeit geben – und so Familien unterstützen und entlasten.

Frau T. sehnt sich danach, wieder einmal Zeit für sich zu haben. Ihre vierjährigen Zwillinge sind ihr ganzes Glück, aber manchmal wünscht sie sich nichts sehnlicher als eine Verschnaufpause. Auch Familie M. hat kaum Kontakt zu anderen Paaren in der gleichen Lebenssituation. Anna spürt, dass ihre Energie weniger wird. 24 Stunden sieben Tage die Woche ganz für die Familie da zu sein, zehrt an ihren Kräften. Es gibt einfach niemanden in der Nähe, der ab und zu auf die beiden Kinder im Alter von ein und drei Jahren schauen könnte. Für diese und andere Familien im Bezirk Dornbirn sucht das Vorarlberger Kinderdorf ganz besondere Menschen. „Wir suchen dringend offene Personen, die Freude daran haben, mit Kindern Zeit zu verbringen und so junge Familien zu entlasten“, erklärt Miriam Iлека vom Bereich „Familienimpulse“ des Vorarlberger Kinderdorfs.

### **Kindern Zeit schenken**

Quer durchs ganze Land profitieren über 200 Familien mit fast 700 Kindern von der wertvollen Unterstützung durch 245 Freiwillige. Dabei sind die Einsatzmöglichkeiten genau so vielfältig wie die Familien, die sich eine solche Hilfe im Alltag wünschen: Ob Babyspaziergang, Radausflug, Abstecher auf den Spielplatz, spielen, lesen, basteln oder kleine Ausflüge – groß ist die Unterstützung allemal, die die Freiwilligen leisten, um Kindern unbeschwerte Erlebnisse und den Eltern Zeit für Entspannung oder auch wichtige Erledigungen zu ermöglichen. Aber auch die Ehrenamtlichen selbst erleben ihre Aufgabe als sehr bereichernd, bunt und sinnvoll.

### **Mutmacher:innen gesucht!**

Im ganzen Bezirk Dornbirn sind weitere Mutmacher und Perspektivengeberinnen gefragt, die Kindern Exklusivzeit schenken und dadurch Familien den Rücken stärken. Wer helfen oder sich einfach unverbindlich informieren will, findet auf der Homepage des Vorarlberger Kinderdorfs unter [www.vorarlberger-kinderdorf.at](http://www.vorarlberger-kinderdorf.at) viele Beispiele für das Ehrenamt mit Kindern und kompakte Infos. Oder am besten gleich anrufen: Miriam Iлека, Familienimpulse des Vorarlberger Kinderdorfs, T 0650/4992065 oder [m.ileka@voki.at](mailto:m.ileka@voki.at).