

## Anmeldetalon

Quartierhilfe zählt  
**Zeitgut**  
Luzern

- aktiv gebend und/oder nehmend
- Mitgliedschaft bei folgendem Kollektivmitglied (Institution)
- ich unterstütze Zeitgut als Fördermitglied

Name/Vorname

Geburtsdatum

Adresse

PLZ/Ort

Telefon

E-mail

Datum

Unterschrift



Coupon bitte einsenden an Genossenschaft Zeitgut Luzern, Rosenbergstrasse 3, 6004 Luzern, oder per E-Mail an [info@zeitgut.org](mailto:info@zeitgut.org)

Für die Mitgliedschaft bitten wir Sie um Einzahlung für den Anteilschein à Fr. 100.– an:  
Genossenschaft Zeitgut Luzern, 6004 Luzern  
PC-Konto 60-77875-4  
IBAN CH76 0900 0000 6007 7875 4  
Jahresbeitrag Fr. 50.–

**Sie unterstützen uns finanziell?  
Wir danken Ihnen herzlich für Ihre Spende!**

## Zeitgutschriften – eine soziale Innovation

Zeitgut baut auf Freiwilligkeit. Die Vermittlung und Betreuung der Freiwilligen liegt jedoch in der Verantwortung von erfahrenen, (im Teilpensum) angestellten Fachkräften. Um die Beratungsstelle zu finanzieren und die Quartierhilfe weiter auszubauen, sind wir neben Jahresbeiträgen auf finanzielle Unterstützung der öffentlichen Hand, der Wirtschaft und von Privaten angewiesen. Spenden sind sehr willkommen.

## Nachbarschaftshilfe: Unterstützung von Mensch zu Mensch

Wir schauen füreinander – für die Nachbarschaft, fürs Quartier, für Menschen jeden Alters, die uns brauchen – und auch für uns selbst. Wir schauen nicht nur zu, wir übernehmen Verantwortung und gestalten unsere Zukunft aktiv mit. Wir, die Freiwilligen von Zeitgut Luzern.

Genossenschaft Zeitgut Luzern · Rosenbergstrasse 3 · 6004 Luzern  
079 369 57 51 · [info@zeitgut.org](mailto:info@zeitgut.org) · [www.zeitgut.org](http://www.zeitgut.org)  
IBAN CH76 0900 0000 6007 78 75 4

Quartierhilfe zählt

**Zeitgut**  
Luzern

### Warum Zeitgut?

Erfreulicherweise werden heute mehr Leute immer älter. Rüstige Seniorinnen und Senioren ziehen es zunehmend vor, auch im hohen Alter zu Hause zu leben und ihren Haushalt eigenständig weiterzuführen. Ein Ziel von Zeitgut ist es, Menschen soweit zu unterstützen, dass sie selbstständig und selbstbestimmt leben können. Nachbarn erleichtern sich gegenseitig den Alltag und sorgen so für mehr Lebensqualität und Lebensfreude.

**Das tun wir: im Haushalt helfen, mal kochen und gemeinsam essen, bei der Wäsche zur Hand gehen, zum Coiffeur, Arzt oder sonstigem Termin begleiten, pflegende Angehörige entlasten, kleinere Reparaturen vornehmen, neue Geräte installieren, aber auch vorlesen, zuhören und reden, zusammen etwas unternehmen, spazieren, spielen – kurz überall da unterstützen, wo man gerade gebraucht wird, und da sein, um das Leben leichter zu machen. Ausgenommen: Professionelle Pflege.**

**Unser Ziel: Menschen soweit unterstützen, dass sie im Alter oder in schwierigen Lebenssituationen zuhause bleiben können.**

### Zeitgutschriften als Vorsorge

Die Nachbarschaftshilfe von Zeitgut ist unbezahlt und basiert auf Freiwilligkeit. Den Zeitgut-Freiwilligen wird die bei Einsätzen aufgebrauchte Zeit gutgeschrieben. Auf dieses persönliche Zeitguthaben können die Freiwilligen zurückgreifen, wenn sie selber Unterstützung oder Betreuung brauchen. Die Nachbarschaftshilfe funktioniert so auch als Altersvorsorge, als vierte, geldunabhängige Säule. Wer anderen Zeit schenkt, hilft auch sich selbst.

### Wie funktioniert's?

Wer Nachbarschaftshilfe beanspruchen oder selber anbieten möchte, wird Mitglied der Genossenschaft. Alle Neu-Mitglieder besprechen mit unserer Beraterin, welche Art von Leistungen («Lieblingstätigkeiten») sie anbieten möchten und/oder welche Unterstützung sie selber benötigen. Findet sich für eine Nachfrage ein entsprechendes Angebot, treffen sich GeberIn und NehmerIn mit der Zeitgut-Beraterin zu einem Kontaktgespräch – und die Nachbarschaftshilfe kann starten.

### Wer kann mitmachen?

Zeitgut ist nicht nur für ältere Menschen. Auch jüngere können kurz- oder längerfristig auf Hilfe angewiesen sein. Die Zeitgut-Nachbarschaftshilfe versteht sich als Generationen übergreifendes Projekt, das auf Solidarität und Verantwortlichkeit zwischen den Generationen baut und diese auch fördert. Für Organisationen und Institutionen, die mit Freiwilligen arbeiten, besteht die Möglichkeit, sich der Genossenschaft Zeitgut als Kollektivmitglied anzuschliessen.

### Betreuung – auch morgen

Die freiwillige Nachbarschaftshilfe spart Kosten, die eigenen und die der öffentlichen Hand, und gewährleistet längerfristig und unabhängig von der wirtschaftlichen Entwicklung eine gute und vor allem für alle bezahlbare Betreuung im Alter. Ebenso wichtig wie die monetären Einsparungen sind die positiven Auswirkungen für das gesellschaftliche Zusammenleben. Nachbarschaftshilfe wirkt gegen Einsamkeit und Vereinzelung, schafft Gemeinsamkeit und macht es möglich, am sozialen Leben teilzuhaben.

### Entlastung für Eltern und Alleinerziehende

Das Familien-Projekt von Zeitgut unterstützt Eltern und Alleinerziehende, die Kinder grossziehen und gleichzeitig berufstätig sind. Gesucht sind Einzelpersonen oder Paare, die gerne mit Kindern etwas unternehmen möchten und damit für einige Stunden oder tageweise das Familienleben entlasten und bereichern.

**Zeitgut ist der Schlüssel zur sozialen Teilhabe.**