

Freiwilligenarbeit macht glücklich und gesund Ein guter Grund, sich bei uns zu engagieren

Freiwilligenarbeit macht glücklich, das weisen verschiedene Studien nach. Sinnstiftende Aktivitäten verändern das seelische und körperliche Wohlbefinden zum Positiven. Die Reformierte Kirche Baden *plus* ist sich dessen bewusst. Sie will die Freiwilligenarbeit stärken und bewusst fördern, denn ohne Freiwilligenarbeit steht die Gesellschaft still – und die Kirche auch.

Dein Mitwirken ist gefragt!

Für die Kirchgemeinde sind freiwillige Mitarbeitende unverzichtbar. Sie ermöglichen Angebote, die ohne ihren Einsatz oft nicht zu realisieren wären. Gleichzeitig kann die Reformierte Kirche Baden *plus* vom Erfahrungsreichtum, den vielseitigen Kompetenzen und dem kritischen Mitdenken ihrer Freiwilligen profitieren.

Die Freiwilligen selbst können die Kirchgemeinde mit diesem sinnstiftenden Engagement mitgestalten, bekommen Wertschätzung und erhalten einen Ausgleich zu Familien- und Berufsalltag. Weshalb nicht die Kirche bei Veranstaltungen tatkräftig in unseren Gruppen unterstützen? Die Reformierte Kirche Baden *plus* hat verschiedene Angebote, bei denen sie auf Freiwillige angewiesen ist. Alle beschriebenen Aufgaben sind auf den Einlageblättern beschrieben.

Vielleicht besteht auch Interesse, ein neues Angebot ins Leben zu rufen. Oder es gibt offene Fragen, Rückmeldungen, Anmerkungen. Melde dich bei uns:

Monika Jufer für Baden Ennetbaden | Sozialdiakonin
079 722 89 40 | monika.jufer@ref-baden.ch

Marion Beetschen für Ehrendingen-Freienwil | Mitglied der Kirchenpflege
078 687 50 53 | marion.beetschen@ref-baden.ch

Branko Radosavljevic für Obersiggenthal | Sozialdiakon i.A.
079 190 89 29 | branko.radosavljevic@ref-baden.ch

Nadja Deflorin für Untersiggenthal | Sozialdiakonin
079 907 19 73 | nadja.deflorin@ref-baden.ch

Weitere Informationen findest du auch unter:
www.ref-baden.ch/unsere-kirchgemeinde/wir-suchen-sie

Warum arbeiten Freiwillige bei uns?

Ein paar Statements:

Margrit Huser, 73, von Baden: Ich habe lange im Kurtheater in Baden gearbeitet. Als das Engagement dort abrupt zu Ende ging, bin ich in ein Loch gefallen. Nach ein paar Gottesdienstbesuchen, die mir das Herz wieder leichter machten, wurde ich angefragt, ob ich Lust hätte beim Chilekafi mitzumachen. Ich sagte sofort zu. Spannend war, dass ich hier bei der Kirche auf viele der Gäste aus dem Kurtheater getroffen bin. Das hat mich sehr gefreut. Auch lerne ich immer wieder neue und interessante Menschen kennen.

Ursula Merz-Eggen, 83, von Ennetbaden: "Wenn ich schon existiere, dann insistiere ich". Dies, einer meiner Lebensgrundsätze, war meine Motivation, mich manche Jahre in der Freiwilligenarbeit zu engagieren. Mein "Lebenseinsatz" als Kindergartenhilfe, als Begleitung von alten und kranken Menschen sowie bei Aktionen meiner Wohngemeinde gab mir Einsicht in unterschiedliche Lebenssituationen und bereicherte mich ausserordentlich. Freiwilligenarbeit ist unbezahlt, aber unbezahlbar gut.

Nour Farid, 21, von Windisch: Die Arbeit mit Jugendlichen im Weissen Keller bereitet mir grosse Freude, da ich so einen Einblick in das Leben dieser jungen Menschen bekomme. In meinen Augen sind Jugendliche fähig, sehr viele tolle Sachen zu realisieren. Manchmal benötigen sie lediglich einen kleinen „Startschupser“ bzw. jemanden, der an sie glaubt.



Warum arbeiten Freiwillige bei uns?

Ein paar Statements:

Maja Kasper, 70, von Baden: Nach der Berufs- und Familienarbeit wollte ich all das machen, was vorher zu kurz gekommen war, z. B. gärtnern, tanzen, malen, lesen, Kochrezepte ausprobieren, Kontakte pflegen. Deshalb wirke ich gerne beim Mittagstisch mit. Das Kochen in einer kleinen Gruppe und das anschliessende Essen in der geselligen Runde macht Köche und Gäste glücklich. Und... ist zudem ein tolles Rezept gegen den Winterblues!

Hans Keller, 72, von Ennetbaden: Die freiwilligen Helfer, denke ich, sind heute und in der Zukunft nicht mehr die Fleissigen im Hintergrund, sondern eher die Fackelträger des Lebens.

Monika Meier, 82, von Baden: Vor Ostern 2017 bin ich zufällig auf die Veranstaltung «Wort und Musik» gestossen und habe mich etwas ängstlich zum gemeinsamen Mittagessen an einen Tisch gesetzt. So habe ich erfahren, dass Freiwillige gesucht werden für die Küche. Eine Woche später habe ich zum ersten Mal mitgemacht. Ich durfte feine Menschen kennen lernen.

Anna Burki, 32, von Dättwil: Als Mutter von zwei kleinen Kindern, bleibt wenig Zeit für weitere Aktivitäten. Weil der „Kinder-Klub“ unregelmässig stattfindet und ich selbst aussuchen kann, an welchen Anlässen ich mithelfen möchte, lässt sich die Mitarbeit in der Kirche gut mit meinem Privatleben vereinbaren. Als Kind ging ich sehr gerne in die Sonntagsschule und erinnere mich noch heute, welche Lieder wir gesungen und welche biblischen Geschichten uns erzählt wurden. Diese Erfahrungen möchte ich weitergeben. Ich habe neue Bekanntschaften geschlossen und die vielfältigen Angebote der reformierten Kirche kennengelernt. So konnte ich spontan an einem Kurs für Auftrittskompetenz teilnehmen. Die Mitarbeit in der Kirche bringt mir mehr Zufriedenheit und ich erwerbe neue Kompetenzen. Ich mache gerne auch in Zukunft mit, einfach nach meinen Möglichkeiten.