

ENGAGEMENT

Ehrenbürger

Der 5. Dezember ist der Internationale Tag der Freiwilligen. In Österreich sind rund 3,3 Millionen Menschen regelmäßig unentgeltlich tätig. Dabei fallen wöchentlich 14 Millionen Arbeitsstunden an

Von Luise Walchshofer



Verena Schuh und Florian Schultz leiten eine Pfadfindergruppe in Wien. Seit über zehn Jahren engagieren sie sich freiwillig und haben in dieser Zeit schon mehrere tausend Stunden unentgeltlich gearbeitet

Foto: Rudi Froese

B

Bis zu zehn Stunden in der Woche arbeiten Verena Schuh und Florian Schultz gratis. Sie tun das seit mehr als zehn Jahren. Regelmäßig opfern sie Wochenenden und jeden Sommer ein bis zwei Wochen ihres Urlaubs. Der Lohn: Sie haben Kindern und Jugendlichen eine Freude gemacht. Geld gibt es dafür nicht.

Verena Schuh und Florian Schultz leiten die Pfadfindergruppe 80 Enzian in Wien. Seit sie als Volksschüler bei den Wichteln und Wölflingen – so heißen die sieben- bis zehnjährigen Pfadfinderinnen und Pfadfinder – begonnen haben, sind sie dabei. Seit sie Teenager sind, leiten sie Gruppen. Seit vier Jahren sind die 30-jährige Psychologin und der 32-jährige biomedizinische Analytiker für die ganze Gruppe verantwortlich, zu der rund 160 Kinder und Jugendliche, 24 Leiter und ein etwa 20-köpfiger Elternrat zählen. „Wir sind Ansprechpartner für Leiterinnen und Leiter, Eltern, Kinder und Jugendliche und den Elternrat, der unter anderem für die finanzielle Abwicklung zuständig ist. Wir helfen bei der Organisation von Tagesaktivitäten und Lagern, wir achten auf die pädagogische Ausbildung der Leiterinnen und Leiter und kommen immer wieder zu Heimabenden“, erklärt Florian Schultz.

Die beiden gehören zu den rund 3,3 Millionen Österreichern ab 15 Jahren, die sich freiwillig engagieren, das sind 46 Prozent der Bevölkerung. Am 5. Dezember ist der Internationale Tag der freiwilligen Helfer, der der Anerkennung der Leistung von engagierten Menschen dient. Sie sind bei Jugendvereinen, Rettungsdiensten, Umweltschutzorganisationen oder sozialen Einrichtungen tätig, leisten informelle Nachbarschaftshilfe wie für ältere



Christian Bodnarovsky übernimmt freiwillig Botengänge für das Wiener Hilfswerk. Es macht ihm Freude, für seine Arbeit Anerkennung zu erhalten und andere Menschen zu treffen



Der pensionierte IT-Spezialist Erwin Zwölfer gibt Computerkurse für Senioren. Mehrmals in der Woche bringt er seinen Schülern bei, wie man Fotos verschickt und im Internet surft

Menschen einkaufen gehen oder Schülern Nachhilfe geben. Rund 14 Millionen Arbeitsstunden leisten sie in Österreich pro Woche, sieben von zehn Freiwilligen sind bis zu 30 Tage im Jahr tätig. Diese Arbeit zu finanzieren würde den Staat sehr teuer kommen. Die Gründe, warum jemand gratis seine Zeit zur Verfügung stellt, sind unterschiedlich, sagt der Wirtschaftspsychologe Alfred Lackner. „Ein entscheidender Beweggrund ist das inhaltliche Motiv, also sich mit dem Wertesystem der jeweiligen Organisation zu identifizieren und sich dafür einzusetzen.“

Überzeugungstätter

Verena Schuh und Florian Schultz liegen die Werte der Pfadfinder am Herzen. „Wir stehen für Toleranz, Freundschaft, Offenheit und Vielfalt, die unterschiedlichen Persönlichkeiten Raum gibt, sich zu entfalten und ihre Fähigkeiten einzubringen“, sagt Schuh. Weil sie ihre eigene Zeit als junge Pfadfinder so genossen haben, wollen sie anderen Kindern ebenso schöne Erlebnisse ermöglichen. „Für mich war jedes Sommerlager ein Highlight“, sagt Florian Schultz. „Jedes Jahr kommt etwas Neues dazu: Zuerst schläft man im Haus, dann im Zelt, man macht Lagerfeuer und kocht auf dem offenen Feuer, man hackt und sägt ... Ich hätte das nicht missen wollen.“

Die Überzeugung, eine wichtige Sache zu unterstützen, hat Sarah Scharf zu Greenpeace geführt. Die 21-jährige Lehramtsstudentin ist seit vier Jahren Aktivistin bei der Umweltschutzorganisation. Im Mai dieses Jahres war sie Teil einer Gruppe, die auf die Säulen des British Museum in London kletterte und gigantische Banner entrollte, um gegen das Sponsoring des Mineralölkonzerns BP zu protestieren. Im Dezember 2015 nahm sie an einer Protestaktion gegen die Versteigerung von Agrarland in Ungarn teil, das den Betreibern eines Biohofs weggenommen worden war. „Wir sind vor den Fenstern des Auktionshauses gegangen und haben mit Megafonen durch die Fenster gerufen“, erzählt Scharf. Für Umweltschutz hat sie sich schon als Teenager begeistert: „Ich wollte nicht einfach nur dazusitzen, zuschauen und nichts tun.“

Scharf riskiert sogar rechtliche Folgen: Eine Anzeige wegen Hausfriedensbruchs könnte eine Vorstrafe nach sich ziehen. Abhalten lässt sie sich davon nicht: „Zum einen passt Greenpeace gut auf uns auf. Wir werden immer über mögliche Folgen informiert, wer will, kann aussteigen. Zum anderen nehme ich das in Kauf. Ich weiß ja, wofür ich das mache.“

Fotos: Rudi Froese (2)

Bezahlte Anzeige



Mag. Anita Frauwallner
Präsidentin der Österreichischen
Gesellschaft für Probiotische
Medizin

Endlich...

Schluss mit Jucken und Brennen in der Scheide!

Viel zu viele Frauen kennen dieses Gefühl: Es juckt und brennt in der Scheide, dazu gesellt sich noch unangenehm riechender Ausfluss... Ihre Scheidenflora ist aus dem Gleichgewicht und neben unerwünschten Bakterien und Pilzen macht sich auch Verzweiflung breit. Die immer wiederkehrenden Beschwerden, über die viele Frauen auch nicht gerne sprechen, wirken sich auf Gesundheit und Lebensfreude ganz allgemein aus.

Der Aufbau der Scheidenflora erfolgt bereits ab der Geburt durch die **orale Aufnahme von nützlichen Bakterien**. Diese wichtigen Symbionten kennen exakt ihren Bestimmungsort im menschlichen Körper und finden ihren Platz innerhalb kürzester Zeit. Stehen wir jedoch unter **Stress**, sind wir gesundheitlich **angeschlagen**, müssen **Antibiotika** nehmen, oder spüren **hormonelle Veränderungen** (z.B. durch Verhütungsmittel, in der Schwangerschaft oder den Wechseljahren), dann kann sich die Vaginalflora ziemlich schnell negativ verändern.

Um die Scheidenflora wieder in Balance zu bringen, wird der Körper durch die diätetische Anwendung von nützlichen Laktobazillen unterstützt, wie sie in OMNi-BiOTiC® FLORA plus+* enthalten sind. Das Besondere an OMNi-BiOTiC® FLORA plus+ ist die **orale Einnahme**: Endlich Schluss mit Zäpfchen – einfach trinken! Ihr Intimbereich wird auf ganz natürliche Art und Weise mit jenen Laktobakterien besiedelt, die Bestandteil einer intakten Vaginalflora sind - und Sie persönlich gewinnen Ihre Lebensqualität zurück! Die Unterwäsche bleibt sauber und die Slipeinlagen im Schrank. OMNi-BiOTiC® FLORA plus+ - damit Sie endlich wieder unbeschwert Frau sein können.

Erhältlich in jeder Apotheke.

*Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zur diätetischen Behandlung einer gestörten Vaginalflora (Dysbiose).



Institut
AllgoSan
Institut Allergosan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH



Sarah Scharf (rechts) ist Greenpeace-Aktivistin. Für eine Protestaktion kletterte sie mit Kollegen am Gebäude des British Museum in London hoch und entrollte Banner. Ihr Einsatz könnte für sie sogar rechtliche Konsequenzen haben

Freiwillige wie Sarah Scharf zeigen, dass junge Menschen keineswegs so egoistisch sind, wie man es ihnen gern nachsagt: Ein Fünftel der 15- bis 30-Jährigen engagiert sich. Bei den 30- bis 39-Jährigen sind es „nur“ 14 Prozent, was mit der Lebensplanung zu tun hat. „In diesem Alter haben viele Menschen kleine Kinder und sind voll berufstätig, Freiwilligenarbeit ist zeitlich schwieriger“, sagt Psychologe Lackner. „Wenn die Kinder aus dem Haus sind, man im Beruf gesättigt ist oder in Pension geht, ist dafür wieder Platz.“

Suche nach Sinn

Das war bei Erwin Zwölfer der Fall. Der pensionierte IT-Spezialist gibt seit 2005 in den Nachbarschaftszentren des Wiener Hilfswerks Computerkurse für Senioren. Bis zu fünfmal in der Woche steht er für je zweieinhalb Stunden vor seinen Schülern und erklärt, wie man einen Computer hochfährt, eine Maus benutzt, eine Website aufruft, E-Mails schreibt und Fotos verschickt. Seine älteste Teilnehmerin war 93 Jahre alt. „Das Schwierigste ist, die psychologische Barriere zu überwinden, die viele Menschen der Generation 70 plus angesichts eines Computers haben“, sagt Zwölfer. Vielen Teilnehmern fällt es leichter, ihm zuzuhören als einem 20-jährigen Kursleiter, es macht ihnen Mut zu sehen, dass ein Gleichaltriger die Technik beherrscht.

Erwin Zwölfer gibt zu, dass es ihm anfangs schwergefallen ist, keine Grundkenntnisse vorauszusetzen. „Aber auch ich selbst lerne in den Kursen sehr viel, und

1,8

Prozent des Bruttoinlandsprodukts macht Wirtschaftsexperten zufolge der Wert der Freiwilligenarbeit in Österreich aus

576.000

Personen sind im Bereich Sport und Bewegung tätig, sie stellen die größte Gruppe an Freiwilligen, gefolgt von Kunst und Kultur mit 432.000

65

Prozent der Freiwilligen sind berufstätig, das trifft sowohl auf formelle Arbeit wie in Vereinen als auch auf informelle wie etwa Nachbarschaftshilfe zu

es motiviert mich zu sehen: Jetzt haben es alle verstanden.“ Sein Wissen – wie andere pensionierte Informatiker – als Berater zu Geld zu machen, hat er nicht in Erwägung gezogen: „Ich wollte etwas für andere tun.“ Laut Freiwilligenbericht des Sozialministeriums ist der Wunsch, anderen zu helfen, mit 93 Prozent der wichtigste Grund für unentgeltliches Engagement.

Die Suche nach einer sinnvollen Tätigkeit brachte auch Christian Bodnarovsky zum Wiener Hilfswerk. Seit fast drei Jahren übernimmt er Botengänge, bringt Post und Unterlagen von einem Nachbarschaftszentrum ins andere und liefert Utensilien für Kaffeerrunden aus. Bodnarovsky hat eine spastische Tetraparese, eine unvollständige Lähmung. Bevor er zum Hilfswerk kam, war er in einer Beschäftigungstherapie. Dort hat er Kugelschreiber zusammengesteckt, Spaß gemacht hat ihm das nicht. „Hier erhalte ich Anerkennung für meine Arbeit und komme aus meiner Wohnung heraus“, sagt er. Bodnarovsky genießt es, in den Nachbarschaftszentren viele Menschen zu treffen, mit ihnen zu plaudern. „Hier ist immer etwas los, hier ist Leben. Und keiner redet mich blöd an.“ Mit 15 Jahren kam er in eine WG, seitdem hat er nur noch wenig Kontakt zu seiner Mutter. „Jetzt ist das Wiener Hilfswerk meine Familie“, sagt er.

Gemeinschaft zu erleben, sagt Alfred Lackner, ist oft das stärkste Motiv für Freiwilligenarbeit, sogar wichtiger als der Inhalt. Überhaupt profitieren von ehrenamtlicher Tätigkeit nicht nur die, denen

sie zugutekommt, sondern auch jene, die sie leisten. „Man lernt viel, beispielsweise Teamfähigkeit, sich selbst und eine Gruppe zu organisieren oder Verantwortung zu übernehmen“, erklärt der Wirtschaftspsychologe. „Wie viel man lernt, hängt vom Einzelnen ab, wie sehr er sich anstrengt. In dieser Hinsicht unterscheidet sich Freiwilligenarbeit nicht vom Brotberuf.“

Im Unterschied zu Letzterem wird ein Ehrenamt aber viel seltener als Belastung erlebt, egal wie viel Zeit man investiert. Das liegt daran, dass die meisten ungenutzten etwas tun, was mit Mühen verbunden ist: Am Montag zur Arbeit gehen, das muss man. Im Fußballverein oder bei der Freiwilligen Feuerwehr hingegen haben viele das Gefühl, jederzeit aufhören zu können, wenn es ihnen keine Freude mehr macht.

Für das eigene Karma

Die Motive für Engagement müssen nicht immer nobel sein. Für manche ist es auch ein Weg, sich zu profilieren, sagt Lackner. „Niemand, abgesehen von ein paar Heiligen, macht etwas ganz selbstlos. Jeder

**Wegweiser
Freiwilligenarbeit
suchen und finden**

www.freiwilligenweb.at: Auf dem Portal des Sozialministeriums sind Informationen zu finden, wie man im In- und Ausland aktiv werden kann. Zudem gibt es einen Interessententest, um die passende Tätigkeit zu finden.

www.ngojobs.at: Linkliste zu Freiwilligenbörsen in Österreich.

www.jobcenter.at/verein-jobs: Ausschreibungen von Vereinen, die freiwillige Mitarbeiter suchen.

Viele gemeinnützige Organisationen wie **Greenpeace, Caritas** oder das **Rote Kreuz** bieten auf ihren Websites detaillierte Informationen zu freiwilliger Mitarbeit.

Mensch hat eine Ich- und eine Wir-Seite. Die Ich-Seite sorgt dafür, dass man seine eigenen Vorstellungen umsetzt, die Wir-Seite dafür, etwas für andere zu tun. Von Person zu Person sind sie unterschiedlich ausgeprägt.“ Lackner berichtet von einer Studie, die er mit Betriebsräten durchgeführt hat. Zwei Drittel der Befragten setzten sich – oft aus ihrer persönlichen Geschichte heraus – wirklich für ihre Kollegen ein, in manchen Fällen sogar bis zur Selbstausschöpfung. „Etwa ein Drittel dagegen wollte auf der Bühne stehen und sich wichtig machen. Das waren meist die, die weniger gearbeitet haben“, sagt er. Auch gutes Gewissen und Anerkennung kann man durch Freiwilligenarbeit erwerben.

Doch wenn man die Balance findet zwischen Einsatz für sich selbst und für andere, ist nichts Verwerfliches daran, auch selbst zu profitieren. Unabhängig davon, ob sich Freiwillige in erster Linie für ihre Mitmenschen oder für ihr eigenes Karma einsetzen: Ohne ihre Arbeit würde es in unserer Gesellschaft wahrscheinlich kräftig knirschen. **N**

Was ist dein größter Traum?

Jetzt mitmachen und gewinnen
bis 31.12.2016

1. Preis 7.500 €
2. Preis 2.000 €
3. Preis 500 €

MoneYou: Weil du mehr als einen Traum hast.

Die Welt bereisen, das Traumauto kaufen oder ein Mega-Event erleben: MoneYou bringt dich deinen Träumen näher! Wie? Ganz einfach! Eröffne noch heute dein MoneYou Tagesgeldkonto, verrate uns deinen größten Traum und gewinne mit etwas Glück bis zu 7.500 Euro! Übrigens: Mit MoneYou kommst du nicht nur deinen Träumen näher - du bist auch super flexibel, ganz gleich, ob du dein Geld fest anlegst oder täglich verfügbar haben möchtest.

mon@you
Clever to do.

www.moneyou.at/was-ist-dein-groesster-traum