

Kurz gesagt:

Zeitpolster ist das neue Betreuungs- und Vorsorgenetz, die Zeitsäule für die persönliche Altersvorsorge. Helfende unterstützen ältere Menschen, Familien mit Betreuungsbedarf und Menschen mit Behinderung durch verschiedenste einfache Tätigkeiten. Sie helfen in Haushalt und Garten, sowie bei administrativen Aufgaben, bei Besorgungen und aktiver Freizeitgestaltung. Alle freiwilligen Helfer*innen legen sich auf diese Weise ihr eigenes Zeitkonto für später an. Für Betreute ohne Zeitkonto kostet die Betreuungsstunde lediglich 8 Euro.

Etwas länger:

Durch den demografischen Wandel wird es in Zukunft immer schwieriger werden, die eigene Betreuung im Alter sicherzustellen. Zeitpolster gibt Menschen die Möglichkeit, selbst aktiv zu werden, solange es ihnen gut geht und damit gleichzeitig für ihre eigene Zukunft vorzusorgen. Alle freiwilligen Helfer*innen bekommen ihre Stunden für später gutgeschrieben, für die Zeit, in der sie selbst einmal Hilfe benötigen. Wie in vielen Studien belegt wurde, trägt soziales Engagement auch zur psychischen Gesundheit bei - ein Großteil der österreichweit aktiven Helfer*innen war auf der Suche nach einer sinnvollen Beschäftigung. Denn, Betreuungsleistungen lokal und kostengünstig zu erhalten, sollte für alle Menschen möglich sein. Der im Jahr 2018 in Vorarlberg gegründete Verein ist mittlerweile in ganz Vorarlberg, Salzburg, Niederösterreich, der Steiermark und in Wien mit gut 250 Helfenden aktiv. Dabei bewegt sich die Altersspannbreite der betreuten Personen zwischen 5 und 98 Jahren. Der Schwerpunkt liegt in der Unterstützung von älteren Menschen mit dem Ziel, pflegende Angehörige zu entlasten und Generationen zu verbinden.