

Zeitpolster sucht Helfer*innen in St. Johann im Pongau zur Unterstützung von älteren Menschen bei alltäglichen Aufgaben

Die soziale Organisation Zeitpolster wendet sich an Menschen in St. Johann im Pongau, die etwas Zeit haben und eine sinnvolle Aufgabe suchen: Eine ältere Dame aus der Bezirkshauptstadt braucht dringend Hilfe beim Einkaufen und Kochen, sowie Zeit für Gespräche und gemeinsames Spaziergehen, einfach etwas Hilfe und Gesellschaft

„Wir haben Ende März einen Anruf von einer Frau aus St. Johann im Pongau erhalten“, erklärt Regionalkoordinatorin Susanne Liedauer. Sie suche demnach dringend Unterstützung für ihre Mutter nach deren Krankenhausaufenthalt. Aufgrund ihrer eigenen Berufstätigkeit könne sie sich leider nicht zur Gänze um sie kümmern und wendete sich daher an Zeitpolster. Dies mit der Bitte um rasche Hilfe!

Zeitpolster ist eine soziale und österreichweit tätige Organisation, die ehrenamtliche Helfer*innen an Menschen mit Unterstützungsbedarf vermittelt. Dies hauptsächlich an ältere Personen und Familien mit Kindern. Seit Herbst bietet Zeitpolster nun auch im Bundesland Salzburg kostengünstige Nachbarschaftshilfe an. Die Helfer*innen bekommen für ihr Engagement eine Zeitgutschrift, auf die sie später zurückgreifen können, wenn sie selbst einmal Unterstützung brauchen. Die Stunde kostet für alle, die Hilfe in Anspruch nehmen, lediglich 8 Euro.

Anfragen, wie in St. Johann im Pongau seien laut Liedauer nicht selten. „Die Pandemie hat uns gezeigt, wie sehr unser Betreuungs- und Pflegesystem unter Druck steht. Auch hierzulande stoßen wir immer mehr an Grenzen.“ Deshalb bräuchte es umgehend neue Lösungen, um dem steigenden Bedarf gerecht zu werden. Zeitpolster sucht dringend freiwillige Helfer*innen, die sich nach ihren eigenen Fähigkeiten und Zeitressourcen bei der Unterstützung im Alltag der Dame und auch anderer älterer Menschen mit Betreuungsbedarf einbringen wollen. Gesucht sind Menschen, die ein wenig Zeit übrig haben und sich gerne sozial engagieren.

„Wir möchten mit unserer Arbeit älteren Menschen und Familien eine wertvolle Stütze im Alltag sein und pflegende Angehörige entlasten“, so Zeitpolster Gründer Gernot Jochum-Müller

Damit eine langfristige Betreuung und Unterstützung der Hilfesuchenden gesichert werden kann, möchte Zeitpolster auch den Aufbau eines **Zeitpolsterteams in St. Johann im Pongau** forcieren. Das Team übernimmt die Vermittlung von Helfer*innen an Menschen mit Betreuungsbedarf, kennt die Umgebung und weiß, wer wen gut unterstützen kann. Alle Team-Mitglieder bekommen, ebenso wie die Helfer*innen, für ihr Engagement Stunden gutgeschrieben – Stunden, für den Tag, an dem sie selbst einmal Hilfe brauchen sollten. Alle wichtigen Informationen dazu finden Sie unter <https://www.zeitpolster.com/zeitpolster-gruppe-aufbauen>.

Wenn Sie Interesse haben, zu unterstützen oder das Team in St. Johann im Pongau mit aufzubauen, so kontaktieren Sie Susanne Liedauer (Regionalkoordination Salzburg) unter 0664 88720773 oder schreiben Sie an salzburg@zeitpolster.com.

„Wir vermitteln sofort, damit den hilfesuchenden Personen schnell und einfach geholfen werden kann!“

➤ **Weitere Daten und Fakten zu Zeitpolster**

- **Aktuell mit Teams in Vorarlberg, Salzburg, Tirol, Niederösterreich, der Steiermark und in Wien vertreten**
- **Österreichweit insgesamt 300 Zeitpolster Aktive. Diese erbringen aktuell Leistungen für 200 betreute Personen mit bisher über 12.000 verbuchte Stunden**
- **Altersspannbreite der helfenden Personen: 38 - 75 Jahre mit Schwerpunkt 55+**
- **Altersspannbreite der betreuten Personen: 5 - 98 Jahre mit großer Bandbreite durch Kinderbetreuung, Menschen mit Beeinträchtigungen - Schwerpunkt liegt in der Unterstützung von älteren Menschen**
- **Einsatzfelder sind einfache alltägliche Hilfsdienste: Fahrdienste und Begleitungen, administrative Hilfe, Hilfe im Haushalt und Garten, Freizeitaktivitäten, einfache handwerkliche Hilfe, Freiräume für pflegende Angehörige schaffen, Kinderbetreuung**
- **Alle Betreuer*innen bekommen für ihren Einsatz Stunden auf einem Zeitkonto gutgeschrieben und können diese später bei eigenem Bedarf jederzeit einlösen**
- **NEU: Der Zeitpolster Podcast: <https://www.zeitpolster.com/podcast/>**

BU 1:

Viele ältere Menschen sind nicht mehr mobil und brauchen Hilfe beim Einkaufen. Die Zeitpolster-Helfer*innen erledigen das gerne.

BU 2:

Gartenarbeit ist jetzt im Frühling sehr gefragt und macht gemeinsam viel Spaß!



BU 1



BU 2