



Zeit bleibt wertvoll

KISS als Antwort gegen Einsamkeit

Die neue Volkskrankheit heisst Einsamkeit: ein wirksames Mittel dagegen ist KISS, die moderne Nachbarschaftshilfe.

Anlässlich der MEGA19 fand am 26. April 2019 ein Fachvortrag mit Podiumsgespräch zum Thema Einsamkeit statt. Einsamkeit beschäftigt die Bevölkerung offensichtlich, denn trotz des schlechten Wetters besuchten gegen 60 Personen diese Veranstaltung, wohl in der Hoffnung, eine Antwort zu erhalten, wie man sich gegen Einsamkeit schützen kann.

Liliane Studer, EVP Grossrätin aus Wettingen, hat zur Einsamkeit eine Interpellation im Grossen Rat eingereicht. Laut einer Studie des Bundesamts für Statistik aus dem Jahre 2012 fühlen sich 32 % der Schweizer und Schweizerinnen einsam. Einsamkeit ist nicht nur in der Schweiz ein aktuelles Thema. Grossbritannien zum Beispiel hat letztes Jahr sogar ein Ministerium für Einsamkeit eingerichtet, weil erkannt wurde, dass sie u.a. einen grossen Einfluss auf die Gesundheit hat. Eine US-Studie aus dem Jahre 2015 stuft Einsamkeit ebenso schädlich ein wie das Konsumieren von 15 Zigaretten am Tag. Einsamkeit kann chronischen Stress, Depressionen, Bluthochdruck und Angstzustände auslösen.

Was begünstigt Einsamkeit?

- Veränderte Familiensysteme und Zunahme von Singlehaushalten;
- unser digitales Zeitalter;
- berufliche und familiäre Beanspruchung verringern die Möglichkeit zu Aussenkontakten;
- Schicksalsschläge und andere schwierige Situationen;
- keine oder wenig Freunde
- Jugendliche, die sich wegen Mobbing zurückziehen usw.

Einsamkeit kann alle Bevölkerungsgruppen treffen.



Zeit bleibt wertvoll

Liliane Studer erachtet es deshalb als wichtig, dass dieses reale Thema auch im politischen Alltag berücksichtigt werden soll und stellt dazu dem Grossen Rat folgende Fragen:

1. Wie schätzt der Regierungsrat aus seiner Sicht das Thema Einsamkeit im Kanton Aargau ein?
2. Welche negativen Effekte kann Einsamkeit neben dem persönlichen Aspekt auch auf unsere Gesellschaft und somit den Staat ausüben?
3. Welche Verantwortung hat aus Sicht des Regierungsrats der Staat, Massnahmen zur Verbesserung der Situation zu tätigen? Wo sieht der Regierungsrat Handlungsbedarf und -potenzial?
4. Wurde die Einsamkeit schon in politischen Zusammenhängen z. B. an der Gesundheitsdirektorenkonferenz oder anderweitig zum Thema gemacht?

Auf die Antworten der Politik darf man gespannt sein.

Was tun gegen Einsamkeit?

Susanna Fassbind, Mitbegründerin von KISS Schweiz, ehemalige ETH-Dozentin Nachhaltigkeit, mehrfache Preisgewinnerin zum Thema KISS Nachbarschaftshilfe, spricht anschliessend über die Entstehung und Idee von KISS. Ihre Mutter, die im Altersheim gestorben ist und der sie mehr Zuwendung gewünscht hätte in den Zeiten, in denen sie nicht selber anwesend sein konnte, war Auslöser der KISS-Idee.

KISS ist in erster Linie der Kitt in der Gesellschaft: Menschen sollen niederschwellig Kontakte in verschiedensten Gruppierungen knüpfen und sich austauschen können. Freiwillige helfen einander in der Nachbarschaft. Dies stärkt den Zusammenhalt und macht Freude. Alle Genossenschafter sind Gebende und Nehmende und begegnen sich auf Augenhöhe. Dies führt zu hoher Zufriedenheit und Anerkennung bei den Mitgliedern.

Ziel von KISS ist, dass Menschen aller Generationen, die Betreuung benötigen durch Nachbarschaftshilfe möglichst lange zu Hause in ihrem gewohnten Umfeld bleiben können.

KISS verbindet Menschen und beugt so der Vereinsamung vor.

Die meisten Zuhörerinnen und Zuhörer benutzten anschliessend die Gelegenheit, sich im Beizli von Lions/Kiwanis mit Mitgliedern der KISS Genossenschaft Reusstal-Mutschellen zu unterhalten und erste Kontakte zu knüpfen. Ein prima Start der Einsamkeit entgegenzuwirken.