



«Es ist wahrer Wellness für die Seele»

Freiwillige des Aargauer Jugendrotkreuzes organisieren im Seniorenzentrum Wasserflue in Küttigen Nachmittage mit vielfältigen Aktivitäten. Eine Beteiligte und ein Freiwilliger verraten, wie sie dieser Generationen-Austausch bereichert.

Aarau/Küttigen Im Zimmer von Sonja John (88) steht viel Selbstgebasteltes: eine Collage mit Eseln und Pferden an der Schranktür, eine verzierte Kerze auf dem Sideboard, ein mittlerweile leeres Osternest. Was haben diese Gegenstände gemeinsam? Sonja John hat sie alle an den Altersheimnachmittagen des **Aargauer Jugendrotkreuzes** angefertigt.

Bei den Altersheimnachmittagen unternehmen junge Freiwillige regelmässig Aktivitäten mit Bewohnenden, in diesem Fall im Seniorenzentrum Wasserflue in Küttigen. Gemeinsam gehen sie spazieren, führen Gespräche, backen und basteln oder singen. «Bis auf einmal war ich im Jahr 2023 jeden Monat dabei», erzählt Sonja John stolz. Sie freut sich, ihre Ideen jeweils auszuprobieren und zu verwirklichen.

Diese Ideen entstehen im Gespräch zwischen den Freiwilligen, dem **Aargauer Jugendrotkreuz** und Karin Blattner. Sie ist Leiterin Aktivierung

im Seniorenzentrum Wasserflue und von diesem Angebot begeistert: «Das Projekt läuft schon 14 Jahre. Es soll nachhaltig dabei helfen, den Austausch zwischen den Generationen zu fördern. Dieser bereichert nämlich Jung und Alt gleichermaßen.» Dem schliesst sich der Freiwillige Sebastian Münkel (36) an: «Von den Bewohnenden lerne ich Weltansichten, die anders sind als meine. Ei-

nige erzählen von ihrer Kriegs- und Fluchterfahrung. Das beeinflusst auch, wie ich heute mit Geflüchteten aus der Ukraine oder Eritrea umgehe.»

Sebastian Münkel gefällt dabei vor allem der Umgang mit anderen Menschen. In seinem technischen Beruf vermisse er das manchmal: «Die Altersheimnachmittage sind wahrer Wellness für meine Seele.» Auch für Sonja John ist das Zwischenmenschliche das Schönste: «Es freut mich, wenn sich jemand so viel Zeit nimmt für mich. Das ist nicht selbstverständlich.» *pd*



Ende Jahr gehört der Grittibänz einfach dazu. Der Rotkreuz-Freiwillige Tobias Eckerlin hilft Sonja John bei ihren Grittibänen.

zvg