



Text für Gemeindenachrichten

KISS Sarganserland: Zeit schenken, Gemeinschaft stärken

KISS Sarganserland bringt Menschen zusammen, die sich gegenseitig unterstützen möchten – freiwillig, unkompliziert und auf Augenhöhe. Gesucht werden Menschen, die Zeit schenken möchten, ebenso wie Menschen, die im Alltag Unterstützung oder Gesellschaft benötigen.

Geben und nehmen

KISS steht für «Keep It Small and Simple» und ist eine moderne Form der Nachbarschaftshilfe. Menschen unterschiedlichen Alters unterstützen sich gegenseitig – beispielsweise bei Einkäufen, Arztbesuchen, Spaziergängen, kleinen Alltagshilfen oder durch Besuche und gemeinsame Aktivitäten. Auch Angehörige können durch stundenweise Unterstützung entlastet werden.

Das Besondere: Die geleistete Zeit wird als Zeitgutschrift festgehalten. Wer heute eine Stunde schenkt, kann später selbst Unterstützung beziehen. So entsteht ein Geben und Nehmen auf Augenhöhe. Niemand muss sich als Bittsteller fühlen.

Begegnungen, die bereichern

Bei KISS geht es um mehr als praktische Hilfe. Ein gemeinsamer Spaziergang, ein Gespräch bei einer Tasse Kaffee oder die Begleitung zu einem Termin können wertvolle Begegnungen schaffen und Einsamkeit entgegenwirken. Dabei entstehen neue Kontakte und Beziehungen zwischen Generationen. KISS ergänzt bestehende professionelle Angebote und lebt vom freiwilligen Engagement der Menschen vor Ort. Jede geschenkte Stunde trägt dazu bei, Gemeinschaft zu stärken und Menschen möglichst lange ein selbstbestimmtes Leben im vertrauten Umfeld zu ermöglichen.

Werden Sie Teil von KISS

KISS Sarganserland sucht **Gebende und Nehmende**. «Jede Person, die etwas geben oder nehmen möchte, soll sich gerne bei uns melden», sagt Iris Wachter, Koordinatorin KISS Sarganserland. In einem persönlichen Gespräch wird gemeinsam geschaut, welche Bedürfnisse und Interessen zusammenpassen. Daraus entstehen individuelle «Tandems».

Vielleicht haben auch Sie Zeit zu schenken – oder wünschen sich manchmal jemanden um sich auszutauschen. KISS verbindet beides.

(9'000) Zeichen inkl. Leerzeichen)

Mehr erfahren: www.kiss-sarganserland.ch und im neuen KISS-Flyer

Kontakt: info@kiss-sarganserland.ch, Iris Wachter, 076 522 93 88

Bildlegende: KISS verbindet Menschen, die Zeit schenken, mit Menschen, die Unterstützung oder Gesellschaft suchen. Fotos nachfolgend: KISS Sarganserland



Bilder

KISS-Flyer

KISS Sarganserland



Moderne Nachbarschaftshilfe für Jung und Alt

**Einfach helfen, Zeit schenken,
Freiwilligenhilfe geben und annehmen.**

Gemeinschaft erleben. Ziel ist, dass Menschen aller Generationen, die Betreuung benötigen, möglichst lange zu Hause in ihrem gewohnten Umfeld bleiben können.

Wir unterstützen uns gegenseitig, unkompliziert und auf Augenhöhe.

- Hilfe geben und erhalten – ohne Geld
- Moderne Nachbarschaftshilfe
- Sorgfältige Bedürfniskoordination
- Zeitznachweis für das eigene Engagement
- Lokal verankert, schweizweit präsent

www.kiss-sarganserland.ch

