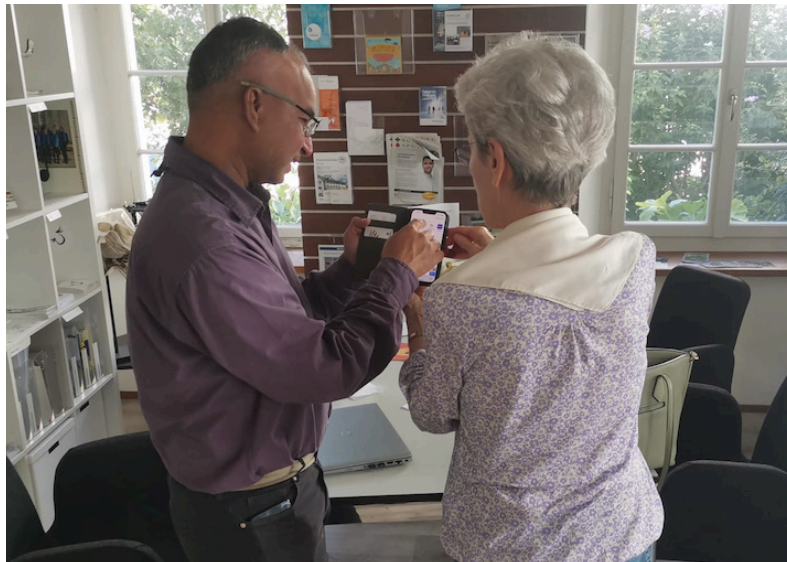


«Digitale Unterstützung»: Gewusst wie

Unser Alltag wird immer digitaler und der Umgang mit Handys oder Tablets bedarf oft Unterstützung. Zeitgut hilft den Menschen im Kreis 10, die auf eine solche angewiesen sind.

Seit Mitte Juni können Menschen, die auf eine digitale Unterstützung angewiesen sind, jeden ersten und dritten Samstag zwischen 10 und 11 Uhr im Höngger Infozentrum am Meierhofplatz vorbeikommen. Sie erhalten dort Antworten auf ihre Fragen, etwa zur Bedienung von mobilen Geräten. Ein Anmeldung ist nicht nötig, alle können einfach zu diesen Zeiten vorbeikommen. Möglich ist dieses Angebot von Zeitgut dank der Bereitschaft von freiwilligen Frauen und Männern, die gerne ihr Wissen teilen und Unterstützung bieten. Bereits nehmen regelmässig Menschen mit Fragen das Angebot in Anspruch und oft entsteht daraus ein dauerhaftes Unterstützungstandem zwischen einem Freiwilligen und einer Person, die Hilfe



Im Infozentrum dürfen alle Fragen zur digitalen Unterstützung gestellt werden. (Foto: zvg)

benötigt. Das gibt zusätzliche Sicherheit und die Gewissheit, dass jemand da ist, an die oder den man sich wenden kann, gerade wenn Fragen auftauchen. So führt die digitale Welt zu zusätzlichen Kontakten im Quartier und leistet einen Beitrag zu Stärkung der Gemeinschaft.

Ein Mobiltelefon zum Geburtstag
Zwei konkrete Beispiele zeigen,

wie hilfreich dieses Angebot ist. Ein 79-Jähriger erhielt von seiner Frau ein neues Mobiltelefon zum Geburtstag. Er freute sich darüber, bis er feststellte, dass er nicht einmal wusste, wie er damit telefonieren soll. Er ging damit in die Beratung von Zeitgut und schrieb mittlerweile sogar Textnachrichten. Beim nächsten Mal möchte er noch wissen, wie er ins Internet gelangt.

Weiter besuchte eine Dame das Infozentrum, weil ihre E-Mails nicht mehr in der gewohnten Reihenfolge angezeigt wurden. Unabsichtlich hatte sie die Einstellungen geändert, doch unser IT-Experte konnte diese rasch und effizient wieder in den ursprünglichen Zustand versetzen. Selbst für nur einen Klick im Programm können die Menschen vorbeikommen. Das Zeitgut-Team freut sich über alle, die vorbeikommen, egal ob mit kleinen oder grösseren Fragen. Die engagierten Freiwilligen beantworten diese gerne und bieten Unterstützung. ○

DIGITALE UNTERSTÜTZUNG

Jeden ersten und letzten Samstag des Monats
Von 10 bis 11 Uhr
Meierhofplatz 2, Infozentrum,
8049 Zürich



Gina Hinding
Geschäftsführerin

Handeln hilft

Bei vielen Menschen besteht offenbar zunehmend ein Gefühl der Unsicherheit. Solchen Unsicherheiten liegt meist auch der Eindruck zugrunde, man könne ja doch nichts machen. Aber stimmt das?

Die Stoiker haben ein einfaches Grundprinzip: Was sie nicht beeinflussen können, ignorieren sie. Sie konzentrieren sich auf das, worauf sie Einfluss haben. Aber dort, wo sie Einfluss haben, da machen sie ihn auch dezidiert geltend. Gerechtigkeit, Hilfsbereitschaft (ein guter Mensch sein) und Mitgefühl sind zentrale Werte. Es mag jetzt ein gewagter Sprung sein, von den Stoikern zur Nachbarschaftshilfe, aber so weit hergeholt ist er

nicht. Die Nachbarschaftshilfe will genau dort Einfluss nehmen, wo wir auch Einfluss haben: in unserem Quartier. Und das Prinzip der Nachbarschaftshilfe, nämlich einander zu unterstützen, einander aufmerksam zu begegnen und Verantwortung füreinander zu übernehmen ist sehr nahe bei den Stoikern.

Unterwegs mit Zeitgut

Bei Zeitgut Höngg-Wipkingen gibt es ganz viele Möglichkeiten, sich zu engagieren. Man kann eine andere Person unterstützen, sich in einem der Projekte engagieren, eine eigene Projektidee einbringen, vernetzen mit anderen Organisationen, Fundraising, Mitarbeit im Vorstand und vieles mehr. Zeitgut ist auch immer mit Projekten unterwegs. Zurzeit laufen zwei: Zum einen das Projekt «Einsame Senior*innen vernetzen», zum anderen

das Projekt «Offener Tisch». Beim Senior*innenprojekt suchen wir Wegbereiter*innen. Das sind Personen, die beruflich oder privat Kontakt haben mit einsamen Personen, von denen sie wissen, was für Wünsche sie haben, die sie aber wegen ihrer Einsamkeit nicht umsetzen können. Die Wegbereiter*innen sagen diesen Personen, dass Zeitgut jemanden für sie sucht, die oder der das ermöglichen wird. Vorausgesetzt, sie sind einverstanden. Wir freuen uns sehr, wenn sich mögliche Wegbereiterinnen bei uns melden. Beim Projekt «Offener Tisch» suchen wir Restaurants oder Cafés, die bereit sind zu bestimmten Zeiten einen Tisch zu reservieren, der dann dazu dient, zusammensitzend, zu diskutieren und sich kennen zu lernen. Die Form besprechen wir mit den betreffenden Res-

taurants. Bereits machen vier mit und weitere sind in der Pipeline. Fühlen Sie sich angesprochen, haben Sie Fragen oder möchten ganz einfach mit uns Kontakt aufnehmen, dann kommen Sie auf uns zu, wir freuen uns darauf. ○



Ruedi Winkler
Präsident

Nachbarschaft zählt

Zeitgut

Zürich Höngg-Wipkingen

Redaktionelle Beiträge von Zeitgut;
Wir geben einander Zeit – Unterstützung mit
Zeitgutschriften. Gina Hinding,
Geschäftsleiterin, 077 538 49 93,
E-Mail: geschaeftsstelle@zeitgut-zuerich.ch,
www.zeitgut-zuerich.ch