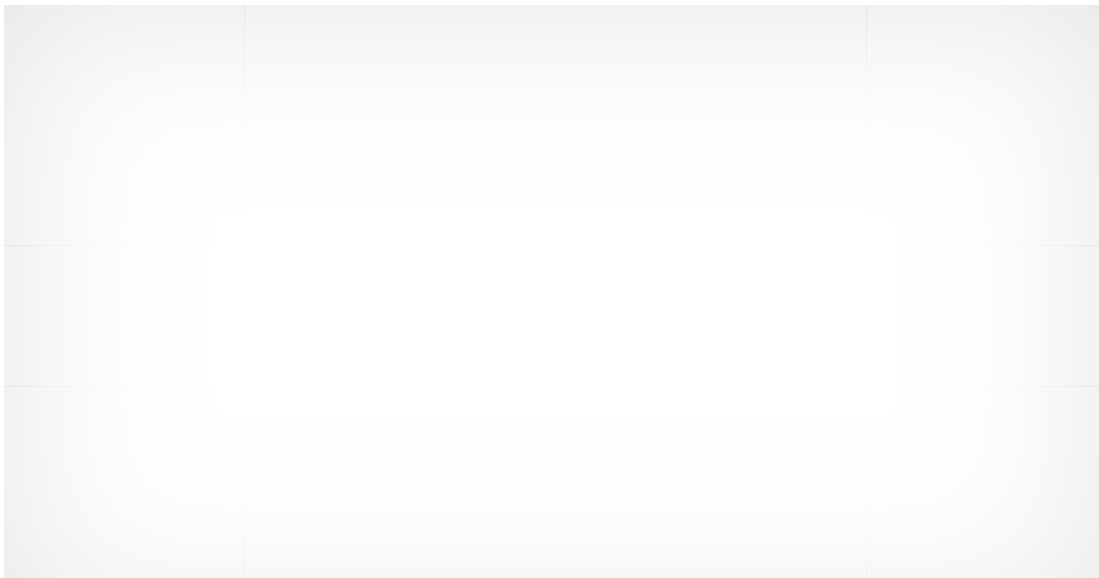




Der KISS-Treff in Rotkreuz war ein Ort lebendiger Begegnungen und inspirierender Gespräche.
Matthias Ebner

Am 24. Oktober füllte sich der Chäsımatt-Saal in Rotkreuz fast bis auf den letzten Platz: Rund 60 Interessierte nahmen am KISS-Treff teil, der diesmal unter dem Titel „Nähe und Distanz“ stand. Referentin war Astrid Estermann, die seit vielen Jahren Freiwillige begleitet und berät. Schon zu Beginn war spürbar: Das Thema trifft einen Nerv – und betrifft uns alle, besonders in der gelebten Nachbarschaftshilfe von KISS Risch.

WERBUNG



Astrid Estermann führte die Teilnehmenden Schritt für Schritt in das Spannungsfeld ein. Nähe bedeutet Vertrauen, Mitgefühl und Akzeptanz – ohne sie kann keine helfende Beziehung entstehen. Distanz hingegen schützt vor Überforderung, erhält die eigene Handlungsfähigkeit und sorgt dafür, dass Helfende wirksam bleiben. „Es geht darum, die Balance zu finden – und die ist individuell, je nach Rolle, Auftrag, Kultur und Situation“, erklärte Astrid Estermann.

Anhand anschaulicher Modelle zeigte sie die verschiedenen Nähe- und Distanzzonen und machte deutlich, wie feinfühlig und achtsam Helfende Grenzen wahrnehmen müssen.

Besonders eindrücklich waren die beiden Praxisbeispiele: Ein älterer Herr, der Leistungen weit über das ursprünglich vereinbarte in Anspruch nahm, und eine Frau, die nur noch ungesunde Lebensmittel wünschte und jede Einmischung ablehnte. Diese Situationen führten zu lebhaften Diskussionen im Saal: Wie weit darf, soll oder muss man gehen? Wann braucht es klare Abgrenzung? Und wie kann gewährleistet werden, dass Freiwillige nicht die alleinige Verantwortung übernehmen, sondern Unterstützung und Begleitung durch Fachstellen wie die KISS-Koordinationsstelle oder weitere Fachstellen erhalten?

Die Offenheit, mit der sich die Teilnehmenden austauschten, machte den Abend zu einem besonderen Erlebnis. Viele berichteten von eigenen Erfahrungen, manche nickten zustimmend, andere stellten kritische Fragen. Gerade diese Vielfalt zeigte: Nähe und Distanz sind keine festen Regeln, sondern immer wieder neu auszuhandeln.

Für die Arbeit von KISS Risch ist dieses Thema zentral. Unsere Nachbarschaftshilfe lebt von Vertrauen, Respekt und gegenseitiger Unterstützung. Doch gerade deshalb ist es wichtig, achtsam mit Grenzen umzugehen. Nur wenn Helfende und Empfangende gleichermaßen geschützt sind, bleibt die Freiwilligenarbeit nachhaltig und bereichernd – für beide Seiten.

Nach dem inspirierenden Referat und den angeregten Diskussionen fand der KISS-Treff einen gemütlichen Ausklang bei einer feinen Gerstensuppe mit Brot und Käse, und natürlich durften zum Abschluss auch Kaffee und Kuchen nicht fehlen.

Der KISS-Treff hat einmal mehr gezeigt: Solche Begegnungen inspirieren, stärken und verbinden. Ein herzliches Dankeschön an alle, die dabei waren – und an Astrid Estermann für ihre wertvollen Impulse. Nähe und Distanz im Gleichgewicht zu halten, ist nicht nur für die Freiwilligenarbeit wichtig, sondern auch für ein Miteinander im Alltag.

Weitere Informationen zu unserer Nachbarschaftshilfe KISS Risch finden Sie unter www.kiss-risch.ch

Für Sie empfohlen