

Gemeinsam etwas Gutes für sich selbst tun

Kollekten vom Diakoniesonntag werden für Non-Profit-Organisation Mach-mit eingesetzt.

In Zeiten von Corona werden Vereinsamung, fehlende Sozialkontakte und Bewegungsmangel zunehmend zu gesellschaftlichen Problemen. Durch die Mach-mit Spazier- und Walkinggruppen und der Freizeithilfe soll dem entgegengewirkt werden. Am Diakoniesonntag vom 08. November 2020 wird dieses Projekt von den Gottesdienst-Kollekten unterstützt.

Die Vereinsamung ist ein allgegenwertiges Thema. Jährlich nehmen sich fast zwei Dutzend Menschen im Kanton Zug das Leben. Die Hälfte der Erkrankungen ist depressiver und psychischer Natur. Von Ärztinnen / Ärzten, Kliniken und Therapeutinnen / Therapeuten wird unter anderem empfohlen, dass man geistig und körperlich in Bewegung bleiben soll. Bei 80% aller Personen stellt jedoch die mangelnde Eigeninitiative die grosse Herausforderung dar. Vereinsmitgliedschaften sind eher verpflichtend und bei anderen Kursen können finanzielle Aspekte das Problem sein. Auch der Kauf eines Hundes erscheint zunächst als gute Lösung, da die Tiere zur Bewegung verpflichten. Zusätzlich fallen jedoch auch andere vielfältige Pflichten an und die menschlichen Kontakte fehlen immer noch. Deshalb bieten die Mach-mit Spazier-, Walking- und Vitaparcours-Gruppen eine kostenlose und niederschwellige Möglichkeit, sich ohne Verpflichtungen anzuschliessen. Durch die regelmässige, gemeinsame Bewegung und den Aufenthalt an der frischen Luft werden die Teilnehmenden mit Sauerstoff versorgt und haben die Möglichkeit, mit anderen Menschen ins Gespräch zu kommen.

Ein zweiter Teil des Konzepts von Mach-mit ist die Freizeithilfe, welche nun durch die Erfahrungen im Kanton Schwyz auch im Kanton Zug umgesetzt werden kann. Wortwörtlich Hand in Hand werden Produzierende und Freiwillige bzw. Konsumierende wieder näher zusammengebracht. Die freiwilligen Helfer und Helferinnen unterstützen in ihrer Freizeit die Betriebe, wenn Bedarf da ist. Häufig wird Unterstützung bei der Kirschen-, Obst- oder Heuernte gewünscht. Für Gotteslohn hilft man sich gerne, denn die Geselligkeit und Gespräche werden geschätzt. Die Mach-mit Freizeithilfe richtet sich nach dem Motto: Gemeinsam etwas Gutes für sich selbst tun.

Verwendungszweck der Kollekte:

Die Kollekten am Diakoniesonntag werden in zwei verschiedene Bereiche des Projekts investiert. Die eine Hälfte der Spenden wird für eine Erneuerung der Webseite www.mach-mit.ch verwendet, da das Projekt seit 2014 stetig wächst und ausschliesslich von Privatspenderinnen / Privatspender finanziert wird.

Die zweite Hälfte wird im Kanton Zug eingesetzt für den Aufbau der Freizeithilfe Mach-mit anhand des Pilotprojektes und den Erfahrungen im Kanton Schwyz mit Familie Styger.

Dadurch können noch mehr Menschen aus dem Kanton Zug vom Non-Profit-Projekt Mach-mit erfahren und ihre Bedürfnisse nach Gemeinschaft, Bewegung und Sozialkontakten erfüllen. Herzlichen Dank.