



**Rheinfelden
engagiert sich!**
Ehrenämter so vielseitig
wie unsere Stadt



Wir sind dabei!

**Rheinfelden
engagiert sich!**

Inhalt

| | |
|----|---|
| 3 | Willkommen beim Ehrenamt |
| 4 | Rosi Eckert Haus Salmegg Verein für Kunst und Geschichte |
| 6 | Gerda Haug & Ursula Jülle Flohmarkt der Pfalzergruppe |
| 8 | Erich Blatter Städtepartnerschaft |
| 10 | Stephanie Bewernick, Marita Markoni & Arnold Thoms Urban Gardening im Stadtgärtle |
| 12 | Margrit Gass Nachbarschaftshilfe |
| 14 | Monika Schindelka Kerzenküche für Kinder im Spielhaus |
| 16 | Fritz Grässlin Freundeskreis Asyl |
| 18 | Brigitte Reihse & Gertrud Sayer Cafeteria-Team im Bürgerheim |
| 20 | Gabriele Friedrich Rechtliche Betreuung |
| 22 | Willibald Kelz Tierschutz |
| 24 | Armin Zimmermann Ehrenamt in der Kirchengemeinde |
| 26 | Ursula Rüdlin & Heidi Koppetsch Leseklub für Menschen mit geistiger Behinderung |
| 28 | Christa Weissner Stadtseniorenrat |
| 30 | Elke Mair Tafel |
| 32 | Ingrid Thomann Freizeitklub für psychisch erkrankte Menschen |
| 34 | Doris Bauer, Marita Markoni, Brigitte Rost & Anette Lohmann Freiwilligenagentur |
| 36 | Übersicht der vorgestellten Institutionen |
| 38 | Dankesworte Oberbürgermeister Klaus Eberhardt & Bürgermeisterin Diana Stöcker |
| 39 | Impressum |

Liebe Leserin, lieber Leser,

bürgerschaftliches Engagement und Ehrenamt zeigen sich in unserer Gesellschaft auf mannigfaltige Art und Weise. Zahlreiche Bürger setzen sich – auch in Rheinfelden (Baden) – freiwillig und selbstlos für eine Sache oder das Allgemeinwohl ein. Diesen Menschen möchte diese Broschüre nun ein Gesicht geben sowie sie und ihre Motivation den Lesern vorstellen. Die Broschüre erhebt dabei keinen Anspruch auf Vollständigkeit – ist das bürgerschaftliche Engagement in Rheinfelden dafür doch zu vielfältig. Bei der Auswahl der porträtierten Personen beschränkt sie sich deshalb auf Ehrenamtliche aus dem sozialen Bereich. Dieser Fokus ist keine Wertung und soll auch den ehrenamtlichen Einsatz in anderen Gebieten wie etwa im Sport nicht schmälern.

Die Ehrenamtsbroschüre selbst ist ebenfalls das Ergebnis von bürgerschaftlichem Engagement: In der Planungswerkstatt der Engagierten Stadt fanden sich im November 2017 drei Arbeitsgruppen zusammen, von denen sich eine der Frage widmete, wie Vereine, Gruppen oder Institutionen neue Ehrenamtliche gewinnen können. Mit viel Leidenschaft entwickelten hier Elke Streit, Kristina Kramer, Heike Kramer, Kerstin Meyer,

Brigitte Rüedin und Jörg Breiholz, mit Unterstützung der hauptamtlichen Kräfte Cornelia Rösner (Leiterin des Amtes für Familie, Jugend und Senioren) und Stefanie Fransoz (Leiterin der Freiwilligenagentur Rheinfelden) die Idee zur Gestaltung einer Ehrenamtsbroschüre. Diese soll zeigen, dass bürgerschaftliches Engagement Spaß macht und auch für die Helfer eine bereichernde und sinnstiftende Aufgabe ist.

Möge dieser bunte Strauß an Gesichtern und Geschichten den ein oder anderen Leser dazu motivieren, sich selbst ehrenamtlich zu engagieren. Zuvor wünschen wir jedoch erst einmal viel Spaß und Anregung mit dieser Lektüre.



Reihenfolge oben von links nach rechts: Stefanie Fransoz, Kerstin Meyer, Cornelia Rösner, Jörg Breiholz; unten von links nach rechts: Heike Kramer, Kristina Kramer, Elke Streit; Brigitte Rüedin fehlt auf dem Foto

*„Ich bin ein Mensch,
der **gerne tätig** ist und
tätig sein muss.“*



Rosi Eckert ist aktiv im **Haus Salmegg Verein für Kunst und Geschichte Rheinfelden e.V.**

Für Rosi Eckert ist Kunst eine Leidenschaft, die sie als Aufsicht bei den Ausstellungen des Haus Salmegg Vereins auch im Ehrenamt ausleben kann.

Welche ehrenamtliche Aufgabe erfüllen Sie beim Haus Salmegg Verein?

Rosi Eckert: Ich betreue die Ausstellungen im Haus Salmegg. Wenn eine Verkaufsausstellung ist, verkaufe ich auch Bilder. Das freut mich dann immer ganz besonders. Bei der aktuellen Ausstellung „Vater und Sohn. Fritz und Arnold Schneider“ habe ich etwas mehr zu tun, weil ich da auch mit den Besuchern durch die Ausstellung gehe und etwas erkläre, wenn sie das möchten. Den Arnold Schneider kenne ich noch von früher, nicht persönlich, aber ich habe auch einige Bilder von ihm. Diese Ausstellung ist auch einmalig, da es Leihgaben von überall her sind und sie in dieser Form nicht mehr zu sehen sein wird.

Wie sind Sie zu dem Ehrenamt gekommen?

Ich bin durch Herrn Karlheinz Hoppe dazu gekommen. Er hatte einmal Dienst und mich gefragt, ob ich nicht auch Lust dazu hätte. Das war so vor fünf Jahren. Ich liebe Kunst und ich war auch schon Mitglied im Haus Salmegg Verein, und da habe ich ‚ja‘ gesagt. Ich führe hier gerne Aufsicht, man kommt mit Leuten zusammen und führt nette Gespräche. Auch die Künstler sind nett. Die Ausstellungen sind immer interessant, vor allem wenn es Verkaufsausstellungen sind.

Was motiviert Sie zu dieser Aufgabe?

Ich mache es einfach gerne. Ich bin ein Mensch, der gerne tätig ist und tätig sein muss. Ich engagiere mich auch in der Vesperkirche und im Benefiz-Komitee vom Bridge-Club. Da sind wir fünf Personen und organisieren einmal im Jahr einen Benefiz-Nachmittag. Da kommen circa 2000 Euro oder mehr zusammen und den Erlös spenden wir an Vereine wie zum Beispiel an die Caritas, die Vesperkirche oder das Hospiz in Lörrach. Ich bringe mich gerne ein. Hier ist es speziell die Kunst, für die ich

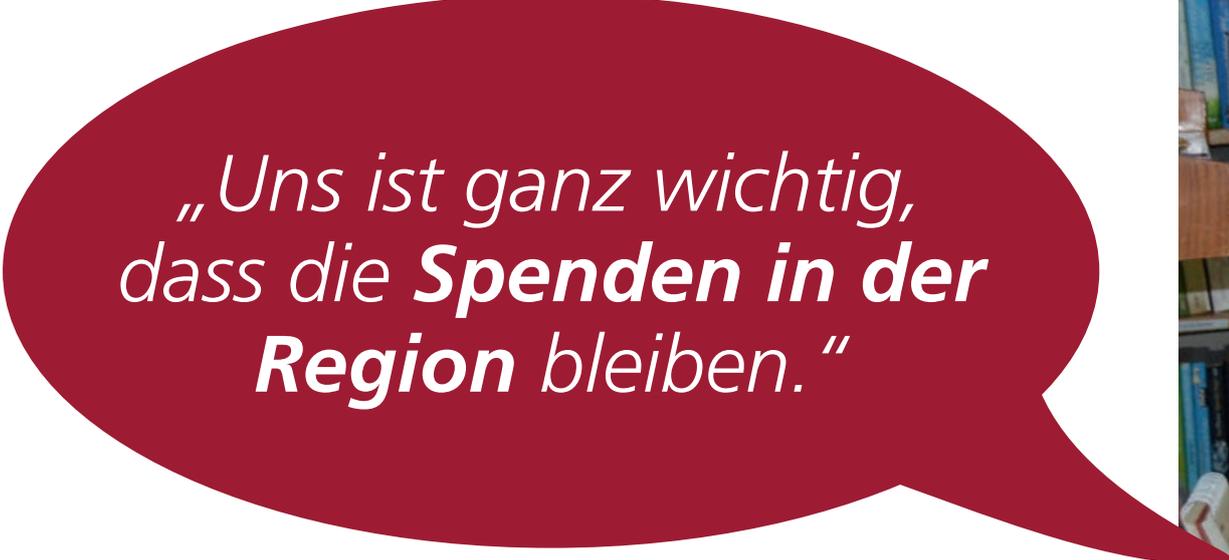
mich schon immer interessiert habe. Das hat vor vielen Jahren mit Ausstellungen in Lörrach angefangen, wo ich auch begonnen habe, selbst Bilder zu kaufen. Dann wurde der Haus Salmegg Verein gegründet und da war ich von Anfang an dabei.

Was ist das Besondere an dem Ehrenamt?

Es gibt ganz schöne, besondere Augenblicke mit Künstlern. Herr Martin Brodwolf hat mich sehr erfreut: Er hat mir zu Weihnachten eine wunderbare Dankeschön-Karte geschickt mit sehr persönlichen Worten. Eine sehr gute Beziehung habe ich zu Herrn Viktor Hottinger aus der Schweiz. Das war wirklich eine tolle Geschichte und eine echte Bereicherung, ihn kennenzulernen. In den Ausstellungen kommt es immer zu schönen Begegnungen, auch mit anhaltenden Beziehungen.



Rosi Eckert ist gebürtige Rheinfelderin und 75 Jahre alt. Sie ist verheiratet, hat zwei Kinder sowie vier Enkelkinder.



*„Uns ist ganz wichtig,
dass die **Spenden in der
Region** bleiben.“*

Gerda Haug und Ursula Jülle
machen bei der **Pfalzgruppe
Herten** mit

Ein besonderes Angebot macht die Pfalzgruppe, die Spendengelder für gemeinnützige Organisationen sammelt, einmal monatlich mit ihrem Flohmarkt im Depot des Hertener DRK-Ortsvereins. Die Gruppe mit 22 Frauen war früher dem Deutschen Roten Kreuz angeschlossen, wird heute aber in Eigenregie geführt, nicht als Verein, sondern als soziale Arbeitsgruppe.

Da kaum Ausgaben anfallen, können zu Jahresende rund 30 000 Euro Einnahmen als Spendengelder ausgeschüttet werden, die an mindestens 15 Gruppen und Einrichtungen der Kinder-, Jugend- und Seniorenarbeit sowie der Behinderten- und Frauenhilfe oder an den Tierschutz gehen. „Uns ist ganz wichtig, dass die Spenden in der Region bleiben“, erklärt **Ursula Jülle**, Sprecherin der Gruppe.

Den Flohmarkt gibt es seit 1995, zunächst noch in der Müller-Schüre gegenüber dem Hertener Rathaus, bis zum Abriss dieses Gebäudes. Die





Gerda Haug (links) und Ursula (rechts) Jülle in der Flohmarkt-Scheune

Anfänge der Pfalzergruppe liegen aber eigentlich woanders, nämlich 20 Jahre zuvor: Im Jahr 1975 rief Helga Pfalzer die Gruppe ins Leben. Es begann mit einer Bastelgruppe für Erwachsene und Kinder, die zugunsten des DRKs Bazare veranstaltete. „Manche sind schon ganz lange dabei und bringen sich immer noch ein. Wir haben ein gutes Miteinander“, erklärt die 71-jährige Ursula Jülle, die selbst seit 1977 der Pfalzergruppe angehört.

An den zwei Flohmarkttagen herrscht großer Betrieb vor und im Gebäude, besonders freitags, wenn auch die Kaffeestube öffnet, wo leckere Kuchen angeboten werden. „Manche kommen nur zum Kaffeetrinken“, erzählt Ursula Jülle. Am Freitag und Samstag kommen insgesamt etwa 70 Kunden, meint sie: „Manchmal herrscht ein Gedränge, wir hatten schon 30 wartende Leute vor der Türe, ein anderes Mal könnten es wieder mehr sein.“ Der Flohmarkt bietet nach Genre sortierte Bücher, unzählige Brettspiele, Lampen, Elektronik, Dekorationsgegenstände und Küchenutensilien. Ein wahres Sammelsurium an Freizeit- und Haushaltsartikeln.

Seit 1980 gehört **Gerda Haug** zur Pfalzergruppe. Für sie ist es ebenfalls wichtig, soziale Organisationen zu unterstützen. „Es herrscht ein so großer Bedarf. Man sieht einfach die Notwendigkeit“, erklärt sie ihren ehrenamtlichen Einsatz. „Das erkennen auch die Leute und so kann man sie auch motivieren, uns ihre ausrangierten Sachen zum Verkauf zu bringen.“ Beide sind sich einig, dass neben der Unterstützung der sozialen Organisationen das gute Miteinander und der Zusammenhalt der Gruppe eine Bereicherung für ihr Leben darstellt und zum Weitermachen motiviert.



*„Das war vor 50 Jahren
wichtig und, wenn man das Zeit-
geschehen verfolgt, ist es heute
noch **genauso wichtig wie
damals.**“*

Erich Blatter, engagiert sich beim **Freundeskreis Neumarkt e.V. Rheinfelden**



Seit 20 Jahren steht Erich Blatter an der Spitze des Freundeskreises Neumarkt e.V. Rheinfelden, der die Beziehungen zur Rheinfelder Partnerstadt in Südtirol pflegt.

Wie bringen Sie sich in den Freundeskreis Neumarkt ein?

Erich Blatter: Ich bin seit 20 Jahren der Vorsitzende. Im Vorstand stellen wir in Zusammenarbeit mit dem Kulturamt das Jahresprogramm zusammen und organisieren die Kontakte. Wir machen jedes Jahr eine Busfahrt nach Neumarkt – jetzt schon zum 20. Mal. Dort unternehmen wir Besichtigungen in Neumarkt und Südtirol und treffen unsere Freunde zum Gedankenaustausch, auch in gemütlicher Runde. Außerdem organisiere ich mit meinen Vorstandsmitgliedern die Ferienaufenthalte der Neumarkter Schüler in Rheinfelden und auch die Aufenthalte von Neumarkter Senioren bei uns. Diese finden nur alle zwei Jahre statt, Kinder kommen jedes Jahr. Sie werden in der Jugendherberge in Lörrach untergebracht. Fast jeder Neumarkter war als Schüler schon einmal in Rheinfelden.

Was motiviert Sie, sich im Vereinsvorstand einzubringen?

Ich habe die Städtepartnerschaften von Anfang an unterstützt, nicht nur die mit Neumarkt. Das war vor 50 Jahren wichtig und, wenn man das Zeitgeschehen verfolgt, ist es heute noch genauso wichtig wie damals. Mit Neumarkt haben wir keine Verständigungsprobleme, weil die Bevölkerung zur Hälfte deutschsprachig und zur Hälfte italienischsprachig ist. Die meisten dort beherrschen beide

Sprachen. Wir versuchen Begegnungen zwischen den Menschen beider Orte zu ermöglichen. Nicht in Bereichen, die die Stadtverwaltung abdeckt, sondern um persönliche und zwischenmenschliche Verbindungen zu knüpfen und um die Partnerschaft über 50 Jahre hinaus am Leben zu halten und fortzusetzen.

Was war der Auslöser für Ihr Engagement?

Ich habe mich einfach für Städtepartnerschaften interessiert und war als Stadtrat auch mehrere Male in verschiedenen Partnerstädten zu Besuch, auch bei den Osterspielen, die früher abwechselnd in den Partnerstädten stattfanden. Es macht mir auch jetzt einfach noch Freude, mit jungen Leuten genauso wie mit Senioren, zusammen zu kommen. Die Städtepartnerschaft lebt von den Beteiligten. Es ist positiv zu sehen, dass die Bewohner beider Orte Interesse an der Partnergemeinde zeigen und dass viele Begegnungen auch zu Freundschaften geführt haben, die über lange Zeit und sogar für immer halten. Das Amt ist für mich keine große Belastung. Es macht mir Freude.

Erich Blatter ist 80 Jahre alt. Vor dem Ruhestand war er Betriebsmeister in dem früheren Industrieunternehmen Hüls. Im Gemeinderat saß er viele Jahre lang für die CDU. Dem Freundeskreis Neumarkt gehört er seit 20 Jahren an.

*„Die Arbeit im
Stadtgärtle ist kein
bloßes Ehrenamt, sondern
**Ausgleich und
Freizeitprogramm
zugleich.**“*



Bei Stephanie Bewernick, Marita Markoni und Arnold Thoms im **Stadtgärtle** sind die Übergänge von Hobby zum Ehrenamt fließend

Wenn ein heißer Tag bevorsteht, dann kommt **Stephanie Bewernick** (38 Jahre) meistens schon früh morgens, um die Pflanzen in ihrem Bereich und in den öffentlichen Beeten im Stadtgärtle zu wässern. An vielen Tagen geht sie auch nochmal abends in die Metzgergrube, um nach Gemüse, Obst und Blumen zu schauen. „Die Stephanie macht hier fast am meisten“, meint Joachim Schlageter, Leiter der Stadtgärtle-Gruppe, die 2015 zum Grünwettbewerb Entente Florale Europe ins Leben gerufen wurde mit dem Ziel, die ehemalige Kiesgrube für die Bevölkerung nutzbar zu machen. Bewernick betreut auch die Website und den Facebookauftritt der Stadtgärtle-Gruppe, die im Kern aus 15 Hobbygärtnern besteht. Der Bau von neuen Hochbeeten und die Pflege der Beete nimmt die meiste Zeit in Anspruch, aber für Stephanie Bewernick ist die Arbeit im Stadtgärtle kein bloßes Ehrenamt, sondern Ausgleich und Freizeitprogramm zugleich, denn ihr Sohn Lugh (6 Jahre) kann sich in der weitläufigen Metzgergrube richtig austoben und findet dort meistens andere Kinder zum Spielen.



Marita Markoni (66 Jahre) gehört ebenfalls zur Stadtgärtle-Gruppe sowie zum Freundeskreis Asyl. Sie hatte die Idee, die beiden ehrenamtlichen Aufgaben miteinander zu verbinden. Nachdem sie bei der Stadtgärtle-Gruppe auf offene Türen traf, lud sie interessierte Flüchtlinge ein, von denen sich ein junger Mann und drei Familien mit drei bis fünf Personen dem Stadtgärtle anschlossen und nun ihre eigenen Beete bewirtschaften. „Ich helfe ein bisschen und schaue, das alles richtig läuft, etwa beim Bau der Hochbeete“, erklärt Marita Markoni. Die Flüchtlinge pflanzen Zucchini und Tomaten und genießen die Arbeit an der frischen Luft. Die meisten stammen aus Afghanistan, viele haben in ihrer Heimat schon gegärtnert und ein Flüchtling ist sogar von Beruf Gärtner. Frau Markoni ist natürlich nicht immer dabei, wenn die Flüchtlinge zu ihren Beeten kommen, aber sie vereinbart Treffen und auch die gemeinsamen Aktivitäten mit der Stadtgärtle-Gruppe unterstützen die Integration der Flüchtlinge. Sie möchte den Kontakt zwischen Flüchtlingen und Hobbygärtnern gerne noch intensivieren und hat auch schon Ideen, wie ein Fest der Kulturen, um sich besser kennen zu lernen.

„Ich mache hier so die Arbeit, die andere nicht machen“, erklärt **Arnold Thoms** (85 Jahre). Der Rentner hat sich schon früher immer beim nahegelegenen Abenteuerspielplatz nützlich gemacht und wollte 2015, als die rote IBA-Kiste als Lagerraum für das Stadtgärtle aufgestellt wurde, nur sein Werkzeug dort unterstellen. „Da bin ich dann so rein gerutscht und jetzt habe ich zwei Jobs“, sagt Arnold Thoms. Dabei gärtnergert er gar nicht, sondern kümmert sich um das Umfeld. Als noch Sitzgelegenheiten fehlten, hat er eine Bank an einem Schattenplatz aufgebaut, die heute rege genutzt wird. Im Augenblick versucht er das Werkzeug in der roten IBA-Kiste neu zu organisieren, damit der enge Raum besser genutzt wird. Ein altes Partyzelt-Gestänge möchte er wieder in Schuss bringen und mit einer neuen Folie versehen, um einen weiteren Schattenplatz zu schaffen. Am Lehmofen im Stadtgärtle baut er zudem noch ein Insektenhotel. „Ist doch schön, wenn man als Rentner noch Aufgaben hat. Das kann man denen, die zu Hause sitzen und nichts zu tun haben, nur empfehlen“, sagt er. Für seine zwei Jobs bringt Arnold Thoms in der warmen Jahreszeit täglich ein bis zwei Stunden auf. „Da kommt noch ein bisschen Bastelarbeit daheim dazu.“ Der ehrenamtliche Einsatz vieler Menschen kommt im Stadtgärtle in besonders vielfältiger Art zum Ausdruck.

*„Die Menschen **leisten im Verborgenen** ungeheuer viel, das weiß man so gar nicht.“*



Margrit Gass ist engagiert in der **Nachbarschaftshilfe miteinander-füreinander**

Margrit Gass ist Ehrenamtliche beim Projekt Nachbarschaftshilfe miteinander-füreinander, bei dem sich Ehrenamtliche um Senioren kümmern, die noch in der eigenen Wohnung leben.

Wie bringen Sie sich beim Projekt Nachbarschaftshilfe miteinander-füreinander ein?

Margrit Gass: Ich habe zwei ältere Personen und ein Ehepaar, die ich seit einiger Zeit begleite. Eine Dame rufe ich regelmäßig an und schaue, ob sie Bedarf an einem Gespräch oder einem Spaziergang hat. Sie ist etwas schlecht zu Fuß und fühlt sich in Begleitung beim Spaziergang sicherer. Mit einer zweiten Dame führe ich regelmäßig Telefongespräche. Wir nehmen uns auch immer vor, spazieren zu gehen, aber oft klappt es nicht, da sie gesundheitlich eingeschränkt ist. Die beiden Damen sind Witwen. Ein Ehepaar kam noch etwas später dazu. Die Frau wollte gerne mal in den Bürgertreffpunkt Gambrinus kommen, aber ihr Mann ist oft schon bettlägerig und sie mag ihn nicht allein lassen. Jedoch freut sie sich immer, wenn ich anrufe. Sie ist eine Frau, die sehr offen ist und ein Riesenherz hat. Nur die Arbeit mit ihrem Mann fordert sehr viel Kraft. Die Menschen leisten im Verborgenen ungeheuer viel, das weiß man so gar nicht.

Wie sind Sie dazu gekommen, sich in dieser Form zu engagieren?

Eigentlich durch meine Eltern, die ich auch fünf Jahre lang betreuend begleitet habe. Ich war damals selbst sehr dankbar dafür, wenn ich jemanden hatte, der mal etwas einkaufen oder eine Fahrt zum Arzt

machen konnte. Das ist nur wenig Aufwand für mich, und ich weiß, für jemanden, der die Unterstützung mit den Angehörigen braucht, ist es eine Riesenhilfe. Dabei entstehen auch Beziehungen, die wertvoll sind. In eineinhalb Jahren lernt man sich ja kennen und tauscht auch Privates aus. Da kann ich auch von mir erzählen. Mit der einen Dame ist es fast schon ein bisschen wie ein Mutter-Tochter-Verhältnis.

Wie werden Sie dabei von der Projektleitung unterstützt?

Wir haben jeden Monat einmal Sitzung im Gambrinus, wo man darüber spricht, wie es läuft, ob man Hilfe braucht, was sich ereignet hat. Wir haben auch die Handynummern unserer Ansprechpartnerinnen im Seniorenbüro, damit wir nicht alleine dastehen. Da können wir im Zweifelsfall anrufen. Das hatte ich mir auch ausbedungen, weil ich keine Fachfrau bin. Die Unterstützung durch Fachkräfte ist gegeben.

Margrit Gass ist 63 Jahre alt. Die Rentnerin kam vor 35 Jahren nach Rheinfelden. Vor ihrem Ruhestand hat sie in der Pharmaindustrie gearbeitet.



Monika Schindelka mit Sohn Lion

*„Das Motivierende ist
grundsätzlich **die Freude
der Kinder**. Es macht
einfach Spaß.“*

Monika Schindelka leitet ehrenamtlich die **Kerzenküche im Spielhaus Nollingen e.V.**

Im Sommer ist nicht die richtige Saison für die Kerzenküche, dann hilft Monika Schindelka einfach beim Spielplatzfest des Spielhauses Nollingen mit. Kinder sausen über den schönen Spielplatz, vergnügen sich auf Schaukel, Rutsche und Trampolin oder buddeln und matschen im Sandkasten, während andere die Unterhaltung bei den Angeboten des Spielhauses suchen. **Monika Schindelka** zaubert den Kinder Klebetattoos auf Arme, Beine und Gesichter. Auf Wunsch gibt es die natürlich auch mit Glitzerfarben.

In der Adventszeit wiederum engagiert sich die 42-jährige Nollingerin seit zwei Jahren in der Kerzenküche. Dort haben schon früher ihre eigenen Kinder gerne Kerzen gezogen und als sie vor drei Jahren gefragt wurde, ob sie nicht im Folgejahr übernehmen könnte, hat sie zugesagt. „Seitdem ist die Kerzenküche mein Hauptehrenamt“, meint Monika Schindelka, die sich auch gerne bei anderen Veranstaltungen einbringt. „Das Motivierende ist grundsätzlich die Freude der Kinder. Es macht einfach Spaß.“

Das Spielhaus und die Kerzenküche sind auch für ihre Kinder wichtige Spielorte, wo sie Freunde und Nachbarkinder aus dem Stadtteil treffen, da sie nicht in Nollingen zur Schule gehen.

In der Kerzenküche obliegt es Frau Schindelka vor allem die zahlreichen Termine zu organisieren und zu koordinieren, die zwischen Mitte November und Mitte Dezember anstehen. Schon kleine Gruppen ab acht Personen können die Kerzenküche für einstündige Termine online über die Website des Spiel-

hauses Nollingen buchen, Schulklassen mit 20 bis 30 Kindern werden zwei Stunden Zeit eingeräumt. Bei den Terminen packt die Ehrenamtliche aber ebenso mit an und bereitet die Kerzenküche vor, sortiert und schmilzt das Wachs, und überblickt das bunte Treiben der Besucher. In vier Wochen bietet die Kerzenküche immerhin täglich vier Termine, zwei vormittags und zwei nachmittags, an.

In einer Woche können aber auch schon mal 22 Termine zustande kommen, erzählt Monika Schindelka. Da drängen sich die Kinder begeistert um die Töpfe mit den bunten, flüssigen Wachsen und tauchen ihre Dochte immer wieder auf ein Neues hinein, um wunderbare Kerzen Schicht um Schicht wachsen zu lassen. „Das Team der Kerzenküche sucht immer dringend Verstärkung“, sagt sie. Pro Schicht braucht es mindestens zwei bis drei Ehrenamtliche in der Kerzenküche, daher ist jeder Helfer willkommen. Neben den Vorbereitungen können die Ehrenamtlichen auch ihre eigene Kreativität beim Verzieren der Kerzen ausprobieren. Monika Schindelka ist sich aber sicher, dass das Leuchten in den Augen der Kinder, wenn sie ihre verzierten Kerzen in den Händen halten, Belohnung genug ist.



Fritz Grässlin ist aktiv im **Freundeskreis Asyl Rheinfelden**

*„Schauen, wo das
Wertschätzende
herkommt!“*

Fritz Grässlin engagiert sich beim Freundeskreis Asyl, da ihn das traurige Schicksal der Flüchtlinge tief berührt hat.

Was ist Ihre Aufgabe beim Freundeskreis Asyl?

Fritz Grässlin: Ich kümmere mich vor allem um das Thema Patenschaften, also die Begleitung von Flüchtlingen, so dass sie möglichst die Integration bewältigen können. Ich habe drei Patenschaften, bei denen ich mit zwei Familien und einer Einzelperson eine nähere oder freundschaftliche Beziehung eingegangen bin. Ich unterstütze sie dort, wo sie es gerade brauchen. Da geht es um Sachhilfen, den Umgang mit dem Jobcenter, einen Arzt zu suchen, um Probleme untereinander im Camp, Wohnungssuche, Umzug, die Wohnung günstig einzurichten, Schulschwierigkeiten, Schwierigkeiten beim Spracherwerb und den Kontakt zu Deutschen herzustellen.

Wie ist es gekommen, dass Sie sich beim Freundeskreis Asyl engagieren?

Angefangen hat das zum Höhepunkt der Flüchtlingskrise. Ursprünglich hatte ich die Not gesehen, die in diesen Kriegsländern wie Syrien entstanden war, und die Notwendigkeit erkannt, dass die Leute Asyl brauchen. Irgendwann bin ich ins Camp in der Schildgasse gegangen. Dort standen vier junge Syrer und haben sich unterhalten. Ich habe mich dazu gestellt. Zwei konnten Englisch, wir haben geredet und da hatte ich spontan das Bild, dass sie meine Söhne sein könnten. Das hat mich sehr berührt, dieser Gedanke. Ich dachte, nach denen muss man doch schauen und sie stützen. In dem Zusammenhang habe ich angefangen, mich um sie zu kümmern. Dann nahm ich Kontakt zum Freundeskreis Asyl auf und habe dort in der Patenschaftsgruppe auch Treffen für neue Paten und Flüchtlinge, die Paten suchen, durchgeführt.

Stoßen Sie dabei an Ihre Grenzen?

Es ist so, dass die Flüchtlinge und wir manchmal nicht mehr richtig weiter wissen. Es ist schwierig, die ganzen Probleme zu lösen, die Sprache zu lernen. Wir merken auch, dass der Umgang mit kulturellen Unterschieden gelernt werden muss. Da braucht es

Perspektivwechsel auf beiden Seiten, damit ein Verständnis entsteht. Da fällt das Verständnis manchmal auch schwer, wenn etwa im Ramadan keine Energie zum Lernen da ist, weil nur abends gegessen und getrunken wird.

Bedeutet das Ehrenamt für Sie auch einen Gewinn?

Ich nehme am Leben teil, an einer Stelle, die eine entscheidende Rolle spielt. Ich kann etwas bewirken. Und man merkt, dass Beziehungen entstehen, die einfach tragen, dass man jemanden gern haben kann und auch gemocht wird. Es ist wirklich befriedigend, nicht nur zu suchen, wo Aggressionen und Unzufriedenheit herkommen, sondern zu schauen, wo das Wertschätzende herkommt, das Liebevolle, das was im Leben Freude macht. Das erfährt man im Ehrenamt zu einem guten Maß.



Fritz Grässlin ist 70 Jahre alt. Vor dem Ruhestand war er zuletzt Leiter der Psychotherapiestation für Kinder und Jugendliche in Basel. Fritz Grässlin ist verheiratet. Er hat drei erwachsene Kinder und drei Enkelkinder.

Brigitte Reihse und Gertrud Sayer sind im **Cafeteria-Team** des **Bürgerheim Fördervereins** aktiv

An den Tischen in der Cafeteria des Fördervereins Bürgerheim klappern Besteck und Tassen. **Brigitte Reihse** balanciert ein Stück Erdbeerkuchen und einen Cappuccino durch die Besucher an den Tischen und serviert das Bestellte mit einem freundlichen Spruch auf den Lippen einer Bewohnerin. Die Ehrenamtliche kennt die Besucher der Cafeteria gut, da sie schon seit vier Jahren das Helferteam unterstützt. „Die Leiterin des Cafés wusste, dass ich in Rente gehe und hat mich angesprochen, ob ich nicht Lust habe, mitzumachen“, erzählt die 69-jährige Schwörstädterin. Kurz nach der Rente hat sie dann auch die Tätigkeit aufgenommen. Einmal in der Woche und gelegentlich auch am Wochenende stellt sie Getränke und Geschirr bereit und wirft die Kaffeemaschine an. Für einen ordentlichen Betrieb braucht es aber zwei Helferinnen, eine hinter der Theke und eine im Service. Bei einem zweieinhalbstündigen Betrieb leisten die zwei Ehrenamtlichen eine knapp vierstündige Schicht. Denn neben den Vorbereitungen gehören auch Aufräumen, Putzen sowie das Richten der Kuchen und Torten für den nächsten Tag dazu.

An der Theke nimmt **Gertrud Sayer** die Bestellungen von Brigitte Reihse entgegen, lässt Kaffee oder Cappuccino aus der Maschine und platziert die Kuchenstücke auf den Tellern. Im Sommer wird auch gerne Eiskaffee und Eisschokolade geordert. Die 67-jährige kommt ebenfalls aus Schwörstadt. „Ich bin jetzt erst ein gutes Jahr dabei. Ich hatte mich mit Brigitte unterhalten und gedacht, das wäre auch etwas für mich, wenn ich in Rente gehe. Ich habe reingeschnuppert und gewusst, das mag ich machen“, erzählt Gertrud Sayer. „Man hat im Ruhestand ein bisschen mehr Zeit und da habe ich was Soziales machen wollen. Ich wollte einfach etwas zurück geben und Senioren sind am hilflosesten.“ Vorerfahrung in Pflege oder Seniorenarbeit hatten beide Helferinnen nicht.

Manchmal geht das Ehrenamt den beiden auch zu Herzen, wenn ein netter Bewohner verstirbt oder sie beobachten können, wie sich bei Gästen die Demenz verstärkt. „Das ist traurig, aber wir behandeln die Senioren normal und wirken beruhigend auf sie“, sagt Brigitte Reihse. Doch die schönen Momente überwiegen, wenn sich die Bewohner über ein kleines Schwätzchen freuen oder jemanden finden, der ihren Geschichten von früher zuhört. Bei einer Geburtstagsfeier dekorieren die Ehrenamtlichen die Tische besonders schön. „Da geben wir uns immer Mühe und meistens freuen sich die Senioren“, sagt Brigitte Reihse und ihre Kollegin ergänzt: „Die Geburtstagsfeier ist oft ein Highlight für die Bewohner.“

*„Man hat im Ruhestand ein bisschen mehr Zeit und da habe ich was Soziales machen wollen. Ich wollte einfach **etwas zurück geben** und Senioren sind am hilflosesten.“*



Brigitte Reihse (links) und Gertrud Sayer (rechts)

*„In meiner früheren Tätigkeit
hat mir immer **das Soziale,
der Kontakt, das Menschliche**
gefehlt und das kann ich
jetzt mehr erleben.“*



Gabriele Friedrich übernimmt ehrenamtlich **rechtliche Betreuungen**

Gabriele Friedrich engagiert sich als rechtliche Betreuerin, womit sie gleichzeitig an ihren alten Beruf anknüpfen und sich sozial einbringen konnte.

Was macht eine rechtliche Betreuerin?

Gabriele Friedrich: Ich betreue zwei geistig eingeschränkte Menschen. Eine 73-jährige Dame, für die ich die Vermögenssorge und die Gesundheitsfürsorge mache, und einen 64-jährigen Herrn, der im Sankt Josefshaus wohnt. Für ihn mache ich die Vermögenssorge, Gesundheitsfürsorge und die Vertretung gegenüber Behörden, Versicherungen und Heimen. Rechtliche Betreuer werden vom Amtsgericht berufen. Im Hintergrund bin ich an den Katholischen Verein für soziale Dienste im Landkreis Lörrach (SKM) angeschlossen, der die Betreuer unterstützt.

Wie gestaltet sich das?

Die Dame und ich, wir treffen uns oft, weil sie allein mit der Katze in einer Einzimmerwohnung wohnt. Samstags gehen wir regelmäßig frühstücken und sonntags treffen wir uns zu dritt mit einer Bekannten. Unter der Woche gehe ich mit zu Arztterminen. Genau, Arztbegleitung mache ich auch. Für sie gibt es mehr zu tun als für den Herrn, der im St. Josefshaus gut versorgt ist. Ihn besuche ich etwa einmal im Monat in der Gruppe im Haus, dann trinken wir gemeinsam Kaffee oder ich komme, wenn ein wichtiger Arztbesuch ansteht.

Wie sind Sie zu dieser Aufgabe gekommen?

Ich mach das seit 2004, da bin ich in den Vorruhestand gegangen. In dieser Zeit ereilten mich auch zwei schwere Schicksalsschläge und ich bin in ein Loch gefallen. Aber daheim herum sitzen und Trübsal blasen, wollte ich nicht mehr und habe mir

eine neue Aufgabe gesucht. Zuerst hatte ich die Idee zur Schuldnerberatung zu gehen. Dort erhielt ich eine Absage, aber nebenan im Büro des SKM hat mich eine Dame gefragt, ob ich nicht rechtliche Betreuung machen wolle. Nach weiteren Gesprächen habe ich das dann übernommen. Sie suchen immer händeringend Leute, die das ehrenamtlich machen.

Was motiviert Sie heute zu dieser Aufgabe?

Es ist eine schöne Aufgabe, wenn man jemandem helfen und beistehen kann. Die rechtliche Betreuung hat auch etwas mit meiner früheren Tätigkeit als Bankangestellte zu tun. Ich mache die Vermögenssorge, die Kontoführung und verfolge die Finanzen, und auch das Auseinandersetzen mit Behörden und Versicherungen knüpft da an. In meiner früheren Tätigkeit hat mir immer das Soziale, der Kontakt, das Menschliche gefehlt, das kann ich jetzt mehr erleben. Man hat eine Aufgabe, man ist etwas wert und man hat das Gefühl, gebraucht zu werden. Auch das hält mich bei der Stange.

Gabriele Friedrich ist 69 Jahre alt und wohnt seit 2001 in Rheinfeldern. Die frühere Bankangestellte ist in Weil am Rhein aufgewachsen.

*„Jedes Tier ist für mich ein **Lebewesen**. Man muss sie **richtig behandeln**, artgerecht versorgen.“*



Willibald Kelz ist seit vielen Jahren im **Tierschutzverein Rheinfelden e.V.** aktiv

„Ich leere die Spendenboxen und gehe zum Tierarzt mit den Tieren, manchmal bis zu viermal am Tag“, meint **Willibald Kelz**. Außerdem ist er noch im Außendienst im Einsatz. Zu jeder Tages- und Nachtzeit kann ein Anruf etwa von der Polizei eingehen. Dann heißt es für ihn ausrücken und für den Tierschutzverein Rheinfelden ein Tier in Empfang nehmen, den Besitzer ausfindig machen und es versorgen.

Im Tierheim stehen zwölf Hundeböden mit Außengehegen zur Verfügung, in denen je nach Größe und Verhalten der Hunde auch mehr als ein Tier gehalten werden kann. Für Katzen gibt es verschiedene Räume, allerdings keinen Freigang. Derzeit wird mit Hilfe von Spendengeldern eine Isolierstation errichtet, wo Neuankömmlinge bis zur tierärztlichen Untersuchung separat untergebracht werden können.

Es sind nicht nur Hunde oder Katzen, die im Tierheim untergebracht werden müssen, sondern mitunter auch wilde Tiere. „Ich musste einmal einen Biber von der Unteren Kanalstraße holen, der wollte da nicht mehr weg“, erzählt Willibald Kelz. Den geschätzt 30 Kilo schweren Biber hat er mit dem Kescher eingefangen und zurück an den Rhein gebracht. „Es macht viel Arbeit, aber es macht mir nichts aus“, hält er fest.

Der 78-jährige ist auf einem Bauernhof in der Steiermark in Österreich aufgewachsen und hatte schon früh Kontakt mit Tieren. Vom Pferd bis zur Katze, meint er. Dabei musste er aber auch einen nicht immer tiergerechten Umgang erleben. Zunächst war Willibald Kelz als Maurer tätig. „Mein Vater hat immer gesagt: Bub, wenn du was lernen willst, musst du in die Fremde“, erinnert er sich. So zog er dann für vier Jahre in die Schweiz, um zusätzlich das Metzger-Handwerk zu lernen. Viele Maurer überbrückten damals die Winter in Schlachthöfen

und Metzgereien, da sie als Maurer keine Arbeit hatten. Statt zurück nach Österreich zu gehen, kam Willibald Kelz 1962 nach Rheinfelden, wo er dann Wurzeln schlug. 1966 trat er dem Tierschutzverein bei, wo sein Schwiegervater schon aktiv war. Willibald Kelz ist verheiratet und hat zwei Kinder sowie drei Enkelkinder.

Ohne Ehrenamtliche geht es im Tierschutzverein nicht. Sie pflegen und putzen, gehen mit den Hunden Gassi oder gewöhnen Katzen wieder an Menschen. Mit den Tieren aus dem Heim gehen die Helfer auch ins Seniorenheim oder unterstützen die Hospizarbeit sowie Kinder- und Jugendarbeit.

In diesem Ehrenamt trifft man auf Schönes und Unschönes, auch der Tod ist präsent, erklärt Willibald Kelz, manchmal ist es aber auch humorvoll. „Einmal war ein Hund ausgebüxt. Den haben wir mit dem Auto gesucht und gefunden. Ich bin ihm langsam nachgefahren, der Hund war auf dem Gehweg und ich wollte ihn überholen, damit ihn der Beifahrer ins Auto holen kann. Der Hund ist aber dann ums Auto herum gelaufen und mir geradewegs durch das offene Seitenfenster in die Arme gesprungen“, erinnert er sich schmunzelnd.

Das Wohl der Tiere hat ihn schon auf dem Bauernhof beschäftigt, wo er Veränderungen anstoßen konnte. „Jedes Tier ist für mich ein Lebewesen. Man muss sie richtig behandeln, artgerecht versorgen“, erklärt er. Eigene Tiere hat der Tierfreund nicht, aber seine Tochter wohnt mit ihrer Familie im Haus und deren Mops und Katze gehen bei ihm ein und aus.

*„Entscheidend für mein Engagement ist die Außenwirkung. Wir engagieren uns ja für die größere **Gemeinschaft um uns herum** in unterschiedlichster Weise.“*

Armin Zimmermann engagiert sich unter anderem im **Ältestenkreis der evangelischen Christusgemeinde und im Posaunenchor** ehrenamtlich

Armin Zimmermann ist im kirchlichen Bereich in zahlreichen Ämtern engagiert. Die evangelischen Gemeinden bedeuten für den weit herum gekommenen Christen dabei auch ein Stück Heimat.

Wie schaut Ihr Engagement aus?

Armin Zimmermann: Zunächst bin ich Mitglied des Posaunenchores der evangelischen Kirchengemeinde Rheinfeldern. Außerdem bin ich noch Mitglied des Ältestenkreises der evangelischen

Christusgemeinde, Mitglied im Kirchengemeinderat der Gesamtgemeinde und unter anderem im Kamerun-Arbeitskreis des Vereins Partnerschaft Übersee aktiv.

Die meiste Zeit fließt in den Ältestenkreis und am regelmäßigsten findet einmal in der Woche der Posaunenchor statt. Wir spielen oft auch am Wochenende, meist in Gottesdiensten, aber auch zu Konzerten oder auf Sommerfesten der Gemeinde. Im Advent spielen wir zum Beispiel im Bürgerheim und im Kreiskrankenhaus.

Wie kommt es zu Ihrem breiten Engagement?

Ich wurde von Haus aus kirchlich sozialisiert und als evangelischer Theologe bin ich auch über einen meiner Berufe mit der Kirche verbunden. Ich war lange als Hochschullehrer in der Ausbildung von Pfarrerinnen und Pfarrern tätig und lehre auch heute gelegentlich noch an Universitäten oder mache



Gottesdienstvertretung und versehe Predigtaufträge. Anfangen habe ich mit elf Jahren bei den Bläsern. Da bin ich seit 40 Jahren. In meinen Jugendjahren habe ich bereits Kinder- und Jugendgruppen geleitet. Da ich beruflich viel in anderen Ländern und wechselnden Orten in Deutschland unterwegs war, war die Gemeinde immer eine Anlaufstelle. Sie ist für mich ein Stück Heimat am jeweiligen Ort und dazu zu gehören, ist Teil meiner Identität.

Was bedeutet das Ehrenamt für Sie?

Eine Bereicherung ist sicher das Miteinander. Im kirchlich-christlichen Bereich hat das Miteinander noch andere Ebenen, eine geistliche Dimension, etwa Gottesdienste zusammen zu feiern. Die Gemeinschaft ist da noch verbindender und ver-

bindlicher als zum Beispiel in einem Sportverein. Das Naheliegende ist zunächst, für mich selbst ein schönes Umfeld zu finden, aber entscheidend für mein Engagement ist die Außenwirkung. Wir engagieren uns ja für die größere Gemeinschaft um uns herum in unterschiedlichster Weise. Das ist unser Auftrag als Kirche und da mitgestalten zu können, ist für mich immer sehr reizvoll gewesen.

Armin Zimmermann ist 51 Jahre alt und lebt in Warmbach. Der gebürtige Oberhesse ist Theologe und Agrarwissenschaftler. Armin Zimmermann ist verheiratet und hat zwei Kinder. Bei der Stadtverwaltung Rheinfeldern (Baden) arbeitet er als Integrationsmanager.

*„Man staunt, was die Teilnehmerinnen für **ein Wissen und ein Können** haben.“*



Ursula Rüdlin (links) und Heidi Koppetsch (rechts)

Ursula Rüdlin und Heidi Koppetsch sind **Mitglied im LEA-Leseclub®**

Am Anfang der wöchentlichen Treffen des LEA-Leseclubs® – einem Lesekreis für Erwachsene mit und ohne Behinderung – im gemütlichen Café Grenzenlos steht immer eine herzliche Begrüßung und der Austausch über alle die Dinge, die die fünf Frauen gerade bewegen. Nach dem Bestellen von Kaffee, Cappuccino und Kuchen wird die Handlung des aktuellen Buches zusammengefasst, damit auch alle wieder Anschluss finden.

Lesen Einmal Anders (LEA) ist anders, weil nicht zu Hause gelesen wird, sondern gemeinsam in der Gruppe an einem öffentlichen Ort. Die Lesebegeisterten sprechen über die Texte, alle hören einander zu. Auch wenn jeder unterschiedlich gut lesen kann, verbindet die Freude an Texten und Büchern. Träger der deutschlandweiten LEA-Leseclubs® ist der Kölner Verein KuBus e.V..

Bei den wöchentlichen Treffen lesen die Frauen gerade den Roman ‚Ziemlich beste Freunde‘ in einfacher Sprache, da drei der Leserinnen eine geistige Behinderung haben. Das Treffen mit den zwei Ehrenamtlichen findet nach der Arbeit in den Werkstätten des St. Josefshauses statt.

Zwei der Frauen schreiben auch gerne besondere Erlebnisse wie Urlaube auf. Diese Texte werden dann in der Gruppe gelesen und besprochen.

Die Ehrenamtliche **Ursula Rüdlin** ist 64 Jahre alt und lebt in Rheinfelden. Die frühere Lehrerin ist vor einem Jahr in den Ruhestand eingetreten. Durch einen Flyer, den sie im Rathaus mitgenommen hatte, ist sie auf das Angebot aufmerksam geworden und nahm mit Sandra Modrok, Sozialpädagogin im Sankt Josefshaus, Kontakt auf. Zu der Zeit hatte diese schon einen ersten LEA-Leseclub® im Palmen-Café am Rheinfelder Bahnhof gegründet. Da Sandra Modrok noch einige Interessenten für einen zweiten Klub in Herten wusste, organisierte sie dort im

Café Grenzenlos eine Frauengruppe als weiteren LEA-Leseclub®. Diesem schloss sich dann auch bald die 60-jährige **Heidi Koppetsch** als zweite Ehrenamtliche an.

Heidi Koppetsch wohnt auch in Rheinfelden und ist gut bekannt mit Ursula Rüdlin. Die kaufmännische Angestellte ist vor einem Jahr in den Vorruhestand gegangen. „Ich hatte davon schon in der Zeitung gelesen, aber mich nicht gleich entschließen können, weil das noch während meiner Arbeitszeit war“, erzählt Heidi Koppetsch. Als Ursula Rüdlin ihr erzählte, dass sie im Leseclub mitmache und sie noch jemanden für den Klub suchen würden, stieg Heidi Koppetsch zur Mitte des ersten Buchs bei der Gruppe ein. Die Verstärkung nahmen die anderen Leserinnen positiv auf, da das wichtigste Ziel eines LEA-Leseclubs® das Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung ist.

Heidi Koppetsch meint, dass der Leseclub auch für sie selbst einen echten Gewinn darstellt und sich ihre Einstellung gegenüber Menschen mit Behinderung sehr gewandelt habe. „Man staunt, was die Teilnehmerinnen für ein Wissen und ein Können haben“, erklärt sie und auch für Ursula Rüdlin ist das wöchentliche Treffen eine Bereicherung. „Meistens dauert es zwei Stunden, mit Begrüßung, Austausch, Lesen und bis wir uns verabschiedet haben“, erzählt sie. „Danach bin ich einfach unwahrscheinlich zufrieden, weil die Teilnehmerinnen einem so vorbehaltlos Zuneigung zeigen und froh sind, mit einem zu arbeiten.“



Christa Weisner arbeitet im **Stadtseniorenrat Rheinfelden** mit

Christa Weisner engagiert sich gerne im Stadtseniorenrat, da hier ihre gespendete Zeit der Allgemeinheit zu Gute kommt. Außerdem gefällt ihr die freundschaftliche Zusammenarbeit.

Wie sind Sie zum Stadtseniorenrat gekommen?

Christa Weisner: Im Stadtseniorenrat, oder kurz SSR, bin ich seit acht Jahren. Ich bin durch einen guten Freund zum SSR gekommen, der hier schon vorher tätig war. Nach seiner Beschreibung hat mich die Sache interessiert, da ich kurz zuvor in den Ruhestand gegangen bin und neben Familie, der Beschäftigung in Haus und Garten und verschiedenen Hobbys noch etwas anderes machen wollte, das der Allgemeinheit zu Gute kommt. Ganz schnell bin ich in den Vorstand gerutscht und wurde gleich von allen freundlich aufgenommen und unterstützt.

Wie schaut Ihre Tätigkeit beim SSR aus?

Die Haupttätigkeit ist der Verkauf der Vorsorgemappen und die Beratung zweimal monatlich im Bürgertreffpunkt Gambrinus. Vorwiegend sind es ältere Menschen, die zu uns kommen, die Probleme mit dem Ausfüllen der Patientenverfügung oder Vorsorgevollmacht haben. Dabei beraten wir sie und geben Hilfestellung. Was ich schön finde ist die Dankbarkeit, die uns entgegengebracht wird. Viele Menschen, die zu uns kommen, sagen, wie sehr sie die Tätigkeit des SSR schätzen, wie gut sie beraten werden und sind immer erstaunt, dass wir das ehrenamtlich machen. Eine weitere Tätigkeit besteht darin, die Vorsorgemappen zu erstellen, sie immer wieder zu aktualisieren, bis sie zum Selbstkostenpreis verkauft werden.

Wie sieht Ihre Tätigkeit im Vorstand aus?

Der Vorstand des SSR's besteht aus acht Personen. Immer am letzten Montag im Monat treffen wir uns zur Vorstandssitzung und beraten über



*„Einfach, weil es mir bisher im Leben gut gegangen ist, möchte ich mit dieser Tätigkeit **etwas weiter geben.**“*

verschiedene Themen, zum Beispiel welches Projekt wir als nächstes ins Leben rufen. Immer wieder versuchen wir Projekte zu realisieren, die vor allem auf Senioren zugeschnitten sind. Einmal trafen wir uns mit interessierten Senioren am Bahnhof, um ihnen dort den Umgang mit dem Fahrkartenautomaten zu zeigen, organisierten einen Handy-Kurs oder vermittelten ein Rollator-Training. Immer wieder bieten wir solche Veranstaltungen an, die gerne angenommen werden.

Was motiviert Sie zu dem Ehrenamt?

Zunächst gefällt es mir, mit anderen Menschen zusammen zu kommen und die gute, freundschaftliche Zusammenarbeit mit den Kolleginnen und Kollegen im SSR. Einfach, weil es mir bisher im Leben gut gegangen ist, möchte ich mit dieser Tätigkeit etwas weiter geben. Es gibt immer wieder neue Herausforderungen: Schicksale, die einen bewegen, manchmal staunt man über verzwickte Familienverhältnisse und hört skurrile Geschichten.



Christa Weisner ist 74 Jahre alt. Sie stammt aus dem Markgräflerland und wohnt seit 1965 in Rheinfelden. Die ehemalige Grund- und Hauptschullehrerin ist verheiratet und hat zwei Söhne sowie vier Enkelkinder.

*„Ich mache das gerne. Das gehört für mich einfach jede Woche dazu. Ich möchte der Gemeinschaft etwas zurück geben und **für andere da sein.**“*

Elke Mair ist aktiv bei der **Rheinfelder Tafel e.V.**

Im Einkaufskorb landen Orangen, Pfirsiche und Tütensuppen. Der Tafelladen kann nicht alles bereit halten, da er abhängig von Lebensmittelspenden ist, aber die Kunden finden immer etwas Brauchbares in den Regalen und Kühltheken, bevor sie zur Kasse gehen. Flink tippt **Elke Mair** mit der einen Hand niedrige Beträge in den kleinen Tischrechner, während sie mit der anderen schon nach dem nächsten Produkt in dem Einkaufskorb greift. Salatköpfe, eingeschweißter Spinat, Joghurts und Brötchen wandern vom Einkaufskorb in Tragetaschen. Elke Mair

nennt einen einstelligen Eurobetrag und kassiert das Geld. „Ich mache das für mich selbst“, erklärt die 63-jährige Rheinfelderin. Einmal in der Woche hilft sie vier Stunden an der Kasse aus. „Ich mache das gerne. Das gehört für mich einfach jede Woche dazu. Ich möchte der Gemeinschaft etwas zurück geben und für andere da sein.“

Seit dem Umzug des Tafelladens in die Friedrichstraße in die Nähe des Sozialen Kompetenzzentrums hat es einen deutlichen Kundenzuwachs gegeben und es kommen auch mehr Deutsche, vielleicht weil der Tafelladen nicht mehr an einer Hauptverkehrsstraße liegt. Mittlerweile braucht es um die 35 ehrenamtliche Helfer, Ein-Euro-Jobber sowie Sozialstundenleistende in der Tafel, um einen ordentlichen Betrieb an drei Nachmittagen in der Woche



zu gewährleisten. Um die gespendeten Waren von den Geschäften abzuholen, müssen die zwei Fahrer nahezu 50 Kilometer zurücklegen.

Rund 400 Berechtigungsausweise sind aktuell in Rheinfeldern und Grenzach-Wyhlen ausgestellt. Damit es zu Stoßzeiten nicht zu übermäßig großem Andrang kommt, werden den Kunden Einkaufszeiten zugeteilt. Während vor dem Umzug sich maximal sieben Kunden gleichzeitig im kleineren Tafelladen in der Nollinger Straße aufhalten konnten, drängen sich in den neuen Räumlichkeiten schon mal bis zu 25 Kunden zwischen den Regalen und dann reicht die Schlange von Mairs Kasse quer durch den Laden bis zur Backwaren-Theke.

Elke Mair erzählt, dass sie sich sozial engagieren wollte und vor eineinhalb Jahren einfach den Vereinsvorsitzenden Helmut Moser angesprochen hatte,

ob der Verein im Laden nicht noch Hilfe bräuchte. Im Tafelladen waren sie über ein zusätzliches Paar Hände natürlich sehr erfreut. Mit den anderen Helfern hat sie während des Betriebs nur wenig Kontakt, da bei Ladenöffnung jeder eingebunden ist, aber generell kommt sie mit allen gut aus. Die Ehrenamtliche schätzt, dass sie an einem Öffnungstag zwischen 80 bis 100 Kundenkontakte wahrnimmt. „Mit den Kunden habe ich keine Probleme. Wenn ich etwas sage, dann wird das auch gemacht. Wenn was zu viel ist, nehme ich es weg. Das wird immer akzeptiert“, erzählt sie. Die Kunden würden auf der Straße auch ganz normal grüßen. „Ich finde es hier sehr nett“, bringt es Elke Mair auf den Punkt.

*„Mir ist es ganz wichtig,
gegen die Stigmatisierung
der **Depression** zu wirken.“*



Ingrid Thomann bietet sportliche und kreative Angebote im **Freizeitclub** an

Im Freizeitclub des Sozialpsychiatrischen Dienstes des Diakonischen Werkes im Landkreis Lörrach engagiert sich Ingrid Thomann ehrenamtlich. Als Betroffene hat sie auch eine Selbsthilfegruppe für depressiv erkrankte Menschen ins Leben gerufen.

Was ist Ihre Aufgabe beim Freizeitclub?

Ingrid Thomann: Wir haben ein Viertel- oder Halbjahresprogramm, und jeden Donnerstag werden im Freizeitclub Aktivitäten für psychisch erkrankte Menschen angeboten. Da sind wir mehrere Ehrenamtliche und wir wechseln uns in der Arbeit ab. Bei der Programmgestaltung teilen wir ein, wer welche Angebote übernimmt. Der soziale Kontakt ist sehr wichtig, bei manchen Betroffenen ist es der einzige Grund, dass sie überhaupt rausgehen.

Was für Freizeitangebote machen Sie?

Das sind sportliche Angebote wie Spaziergänge und kreative Angebote. Spiele sowohl für draußen als auch für drinnen. Wir unternehmen auch Besichtigungen und Ausflüge. Normalerweise kommen da zwischen zehn bis 20 Teilnehmer. Und jedes Mal gibt es zuerst Kaffee und Kuchen. Die Leute kommen in den Freizeitclub, weil sie wissen, dass hier auch Betroffene sind. Das gilt für den Freizeitclub sowie auch für meine Selbsthilfegruppe.

Was ist das für eine Selbsthilfegruppe?

Einmal im Monat leite ich eine Selbsthilfegruppe speziell für Depressive. Für die Betroffenen ist wichtig, dass sie auf Verständnis stoßen, dass da ihresgleichen, also Menschen mit derselben Krankheit sind, weil viele Depressive sich ausgegrenzt fühlen oder Scham haben aufgrund der Krankheit. Mir

ist es ganz wichtig, gegen die Stigmatisierung der Depression zu wirken, die auch zu den psychischen Krankheiten gehört. Daher kommen teilweise auch die gleichen Leute in die Selbsthilfegruppe und in den Freizeitclub.

Und wie sind Sie dazu gekommen, sich in diesem Bereich zu engagieren?

Ich war selbst über längere Zeit depressiv erkrankt. Nach einem Klinikaufenthalt in der Psychiatrie wollte ich eine Selbsthilfegruppe gründen. Da ich aber nicht recht wusste, wie man so etwas beginnt, wandte ich mich an den Sozialpsychiatrischen Dienst, der mich dabei unterstützte. Dadurch habe ich dann auch das Ehrenamt beim Freizeitclub aufgenommen, weil ich merkte, dass es mir selbst hilft. Es tut mir gut, die Leute zu beraten und mit ihnen in Austausch zu treten. Manch einer sagt, er rede lieber mit einem Betroffenen als mit einem, der keine Ahnung hat. Selbst Ärzten fehlt bei Depression oft die Erfahrung.

Ingrid Thomann ist 73 Jahre alt und wohnt in Schwörstadt. Die gelernte Steuerfachgehilfin ist verheiratet und hat zwei erwachsene Söhne sowie vier Enkelkinder.



Von links nach rechts: Brigitte Rost, Marita Markoni und Doris Bauer arbeiten für die Freiwilligenagentur

„Bevor ich in Rente bin, habe ich ganztags gearbeitet. Ich bin dann daheim gehockt und habe überlegt, was ich mit der vielen Zeit machen soll.“

Doris Bauer, Brigitte Rost und Marita Markoni sind zusammen mit Anette Lohmann und Stefanie Fransoz die **Rheinfelder Freiwilligenagentur**

Die Aufgabe der Freiwilligenagentur Rheinfelden ist die Vermittlung von Bürgern, die sich engagieren möchten, an Einrichtungen, Organisationen und Vereine, die Ehrenamtliche suchen. „Das machen wir für alle möglichen Einrichtungen“, erklärt **Doris Bauer**. Das Meiste im Angebot der Freiwilligenagentur ist sozialer Natur. „Hauptsächlich kommen Rentner, gelegentlich auch Jüngere.“ Die 66-jährige Minslerin ist seit 2011 von Beginn an bei der Freiwilligenagentur dabei und hat auch bei der Gründung mitgewirkt. Zusammen mit Brigitte Rost hält sie die Sprechstunde am Montagvormittag und betreut die Datenbank, in der Ehrenamtliche und Einrichtungen erfasst sind. „Bevor ich in Rente bin, habe ich ganztags gearbeitet. Ich bin dann daheim gehockt und habe überlegt, was ich mit der vielen Zeit machen soll“, erinnert sich Bauer. „Hier sieht man andere Leute, kann ein bisschen schwätzen und macht etwas Vernünftiges. Nicht nur bügeln, putzen und Wäsche waschen.“

Die 64-jährige **Brigitte Rost** aus Minseln hat ein Jahr später in der Freiwilligenagentur angefangen. Sie wurde von Doris Bauer praktisch geworben, genauso wie Marita Markoni. „Ich habe schon viel im Sportverein gemacht. Ich wusste gar nicht, dass das als Ehrenamt zählt“, meint Frau Rost. Bei den Beratungen der Freiwilligenagentur sind die Damen offen und hören genau hin. „Ich denke, ich kann die Leute gut einschätzen und weiß, wie man sie ansprechen muss, locker oder vorsichtig.“ Viele haben noch keine genaue Vorstellung. Die Beraterinnen verschaffen ihnen einen Überblick über das Angebot und während des Gesprächs zeichnet

sich schnell ab, was dem Ehrenamtlichen gefallen könnte und was ihm eher nicht liegt. „Eine Stunde ist da schnell vorbei. Man bespricht sich nicht mit Tunnelblick, sondern holt auch aus, damit man den Anderen einschätzen kann. Das funktioniert ganz gut“, meint Brigitte Rost.

Marita Markoni gehört ebenfalls zum Kernteam der Freiwilligenagentur. „Ich habe gerne mit Menschen zu tun“, sagt die 65-jährige aus Grenzach-Wyhlen, die sich auch im Stadtgärte und im Freundeskreis Asyl engagiert. Sie berät immer mittwochnachmittags zusammen mit Anette Lohmann. Marita Markoni führt aus, dass das Team der Freiwilligenagentur zudem ein wichtiger Ideengeber für die Engagierte Stadt ist. „Da sind einige Projekte umgesetzt worden, die aus der Freiwilligenagentur kamen“, stellt Marita Markoni fest.

Sie meint, dass die Freiwilligenagentur eine gute Anlaufstelle für junge Leute ist, da sich ehrenamtliches Engagement gut in der Bewerbung macht und sie im Ehrenamt auch schnuppern können, ob ihnen etwas beruflich liegt.

Ehrenämter unserer Stadt – die Institutionen

Haus Salmegg, Verein für Kunst und Geschichte Rheinfelden e.V.

Der Verein Haus Salmegg wurde nach der Wiederinstandsetzung des Hauses Salmegg im Jahr 1989 gegründet. Im Bereich Kunst werden dort jährlich mehrere Ausstellungen durchgeführt. Die Abteilung Geschichte gibt u.a. die Schriftenreihe "Rheinfelder Geschichtsblätter" heraus. Der Vorstand und die Mitglieder sind ehrenamtlich tätig.

→ www.haus-salmegg.de

Pfalzgruppe Herten

Die Pfalzgruppe Herten, die ihren Namen von der Gründerin Helga Pfalzer hat, ist eine private, soziale Arbeitsgruppe, die ehrenamtlich Einnahmen erwirtschaftet, die sie für soziale, regionale Zwecke spendet. Die Gruppe betreibt monatlich einen Flohmarkt und eine Kaffeestube. Außerdem beteiligt sich die Gruppe am Hertener Weihnachtsmarkt.

→ www.pfalzgruppe-herten.de

Städtepartnerschaften

Rheinfelden (Baden) unterhält mit vier europäischen Städten Städtepartnerschaften. Es besteht ein reger Austausch mit vielen gegenseitigen Besuchen. Schon 1963 wurde eine erste Jumelage mit der französischen Stadt Fécamp begründet. 1968 folgten die Städtepartnerschaften mit Neumarkt in Italien und Barry in Wales, die inzwischen aufgrund einer Art Landkreisreform auf den Distrikt Vale of Glamorgan übergegangen ist. Seit 1981 besteht die Verbindung zur belgischen Stadt Mouscron.

→ www.rheinfelden.de/Städtepartnerschaften

Stadtgärtle

In Rheinfelden (Baden) wird mit Unterstützung der Stadtverwaltung in der Metzgergrube Urban Gardening angeboten. Damit ist die Verwendung städtischer Flächen zum kleinräumigen, gemeinschaftlichen Gärtnern gemeint. Jeder der Lust aufs Gärtnern hat, kann beim Urban Gardening in der Metzgergrube mitmachen. Das Gartenareal und die Gärtnergruppe sind jederzeit für Interessierte offen.

→ www.rheinfelden.de/Karl-Metzgergrube

→ www.stadtgaertle.jimdofree.com

Nachbarschaftshilfe miteinander-füreinander

Gegenseitige Hilfe in der Nachbarschaft ist eine wichtige Form der Unterstützung in vielen Lebenssituationen. Deshalb hat das Seniorenbüro der Stadt Rheinfelden (Baden) mit der Freiwilligenagentur diese Nachbarschaftshilfe aufgebaut. Die Idee: Ehrenamtliche schauen bei älteren Menschen vorbei, plaudern mit ihnen, gehen spazieren und unterstützen bei kleinen Besorgungen. Eine Gruppe Ehrenamtlicher ist im Besuchsdienst von miteinander – füreinander aktiv. Die Engagierten werden vom Seniorenbüro begleitet, tauschen sich regelmäßig aus und erhalten Fortbildungen.

→ www.rheinfelden.de/Nachbarschaftshilfe

Spielhaus Nollingen e.V.

Spielhaus Nollingen e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, der durch zahlreiche Aktionen das Ziel verfolgt, Begegnungsmöglichkeiten für Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu schaffen. Neben der Nachmittags- und Ferienbetreuung stellen Freizeitangebote für alle Altersgruppen sowie Unterstützung sozialer Projekte den Schwerpunkt der Aktivitäten dar.

→ www.spielhaus-nollingen.de

Freundeskreis Asyl Rheinfelden

Im Freundeskreis Asyl setzen sich Ehrenamtliche für die Belange der Flüchtlinge in Rheinfelden ein. Alle verbindet der Wunsch, sich für die Menschenrechte und die Verbesserung der Lebensumstände der Flüchtlinge einzusetzen. Jede/r tut dies nach ihren/seinen Möglichkeiten. Dazu gehören Patenschaften, Deutschunterricht, Hausaufgabenbetreuung, aber auch öffentlichkeitswirksame Aktionen wie Mahnwachen oder Unterschriftensammlungen.

→ www.asylweb.de

Cafeteria im Bürgerheim Rheinfelden

Seit 1990 wird die Cafeteria im Foyer des Bürgerheimes ehrenamtlich betrieben, inzwischen unter dem Dach des Fördervereins. Rund 20 Damen wechseln sich ab, um jeden Nachmittag für Bewohner und Gäste da zu sein. Die Cafeteria ist das zentrale, unverzichtbare Kommunikationszentrum im Bürgerheim. Abwechslungsreiches ehrenamtliches Engagement ist auch im Besuchsdienst und im Förderverein möglich.

→ www.buergerheim-rheinfelden.de/de/mein-ehrenamt.html

Rechtliche Betreuung beim SKM – Katholischer Verein für soziale Dienste im Landkreis Lörrach e.V.

Der SKM berät und begleitet ehrenamtliche Rechtliche Betreuer. Rechtliche Betreuung bedeutet, die Interessen, Bedürfnisse und Rechte eines Menschen dort zu vertreten, wo dieser es selbst nicht vermag. Dazu gehören z.B. den persönlichen Kontakt pflegen, zum Arzt begleiten, die Kontoführung sowie deren Überwachung und Behördenkontakte. Sie wird nach Vorschlag durch den SKM vom Betreuungsgericht angeordnet.

→ www.skm-loerrach.de

Tierschutzverein Rheinfelden e.V.

Soziales Engagement kommt ohne freiwillige Helfer nicht aus. So ist auch das Tierheim Rheinfelden auf Unterstützung durch Ehrenamtliche angewiesen z.B. als Gassigänger für Hunde oder als Tierpflegestelle.

→ www.tierschutz-rheinfelden.de/mit Helfen

Ehrenamt in der Kirchengemeinde

In Rheinfelden gibt es viele Kirchen- und Glaubensgemeinschaften, in denen sich Menschen in ganz unterschiedlicher Weise ehrenamtlich engagieren und einbringen. Eine Übersicht der Glaubensgemeinschaften finden Sie unter:

→ www.rheinfelden.de/Glaubensgemeinschaften

LEA-Leseclub®

Auch Menschen, die nicht lesen können, haben Freude an Geschichten und Büchern. Egal wie gut man lesen kann, im LEA-Leseclub® darf jeder mitmachen! An erster Stelle steht der Spaß am Lesen und nicht das Lesenlernen, man teilt das gemeinsame Hobby Lesen mit Menschen mit geistiger Behinderung.

→ www.kubus-ev.de/lea-leseclub/klubs-deutschlandweit

Stadtseniorenrat Rheinfelden

Der Stadtseniorenrat Rheinfelden (Baden) ist eine Anlauf- und Vermittlungsstelle für Rat und Hilfe suchende ältere Menschen und deren Angehörige. Er berät oder vermittelt weiter an zuständige Stellen. Der Stadtseniorenrat arbeitet unabhängig, parteipolitisch und konfessionell neutral. Er will die Öffentlichkeit, staatliche und kommunale Behörden auf die Probleme älterer Menschen und generationsübergreifende Themen aufmerksam machen und an deren Lösung mitarbeiten. Der Stadtseniorenrat ist Mitglied des Kreisseniorenrates und des Landesseniorenrates. Er hat einen beratenden Sitz im Sozialausschuss des Rheinfelder Gemeinderates.

→ www.stadtseniorenrat-rheinfelden-baden.de

Rheinfelder Tafel e.V.

Die Rheinfelder Tafel basiert auf den Grundsätzen „Helfen – Hand in Hand“ und „Essen wo es hingehört“. Sie unterhält den Tafelladen in der Friedrichstraße, in dem Menschen mit einem niedrigen Einkommen günstig einkaufen können. Seit seiner Gründung verfolgt der Verein das Ziel, an den Stellen zu helfen, an denen die Not am größten ist. Das Team besteht ausschließlich aus ehrenamtlichen Mitarbeitern. Helfende Hände z.B. als Fahrer des Kleinlasters, für das Sichten und Richten der Lebensmittel oder als Lebensmittelpender sind jederzeit herzlich willkommen!

→ www.rheinfelder-tafel.com

Freizeitklub Rheinfelden des Diakonischen Werkes im Landkreis Lörrach

Der Freizeitklub Rheinfelden ist ein Treffpunkt für psychisch erkrankte oder belastete Menschen, die gerne ihre Freizeit gemeinsam verbringen und sinnvoll gestalten möchten. Der Klub findet mit wechselndem Programm statt, z.B. Ausflüge, Sport, Kochen und gemeinsames Essen oder Kaffeetrinken. Jedes Klubtreffen wird von ein bis zwei ehrenamtlichen Mitarbeitern vorbereitet und begleitet. Ähnlich ist das Angebot des Frühstückstreffs, der diesen Menschen die Möglichkeit gibt, in einem geschützten Rahmen soziale Kontakte aufzubauen und zu pflegen.

→ www.diakonie-loerrach.de/seelische-gesundheit/freizeitangebote

Freiwilligenagentur Rheinfelden

Die Freiwilligenagentur Rheinfelden setzt sich dafür ein, das bürgerschaftliche Engagement in Rheinfelden (Baden) zu fördern, auszubauen und öffentlich wahrnehmbar zu machen. Die Mitarbeiterinnen der Freiwilligenagentur unterstützen mit ihrem Know-How Freiwillige, helfen Vereinen und Institutionen sich untereinander zu vernetzen und versuchen neue Engagierte zu gewinnen.

Wenn Sie sich engagieren möchten, aber noch nicht wissen, welche Möglichkeiten Sie überhaupt in Rheinfelden (Baden) haben, beraten wir gerne. Sie können sich bei uns über Angebote von Einrichtungen informieren, mit uns Ihre Wünsche und Stärken sowie Ihre zeitliche Verfügbarkeit besprechen. Wir suchen dann gemeinsam nach einer passenden Einsatzmöglichkeit.

Suchen Sie ehrenamtliche Helfer für Ihren Verein, Ihren Verband, Ihre Interessengruppe oder Ihre Initiative? Dann können die Mitarbeiterinnen der Freiwilligenagentur Sie kompetent und kostenlos beraten und bei der Suche nach Freiwilligen unterstützen. Auch wir als Freiwilligenagentur freuen uns immer über neue Engagierte.

→ www.rheinfelden.de/freiwilligenagentur

Herzlichen Dank



Ich möchte allen, die zur Entstehung dieser Broschüre beigetragen haben, herzlich danken. Eine tolle Leistung einer engagierten Gruppe Ehrenamtlicher. Bürgerschaftliches Engagement verdient unseren Respekt und unsere uneingeschränkte Anerkennung. Darum möchte ich Sie ermutigen, sich von diesen Beispielen anregen zu lassen. Engagieren Sie sich – als Bereicherung für unsere Stadt, für unsere Bürgerinnen und Bürger, aber auch für Sie selbst.

Klaus Eberhardt | Oberbürgermeister



Die Interviews und Reportagen zeigen einen bunten Strauß des ehrenamtlichen Engagements, das unsere Stadt und unsere Gesellschaft bereichert und mit Leben füllt. Ihr Engagement ist für Rheinfelden ein unverzichtbarer Beitrag zu einer lebendigen und zukunftsfähigen Kultur sowie zu einem ausgewogenen sozialen Miteinander und damit ein wichtiger Baustein für unsere Demokratie.

Diana Stöcker | Bürgermeisterin

Impressum

Texte und Fotos (außer S. 38)

Horatio Gollin, freier Journalist, Rheinfelden (Baden)

Hinweise zu den Institutionen S. 36–37

Stefanie Fransoz

Gestaltung, Layout, Satz

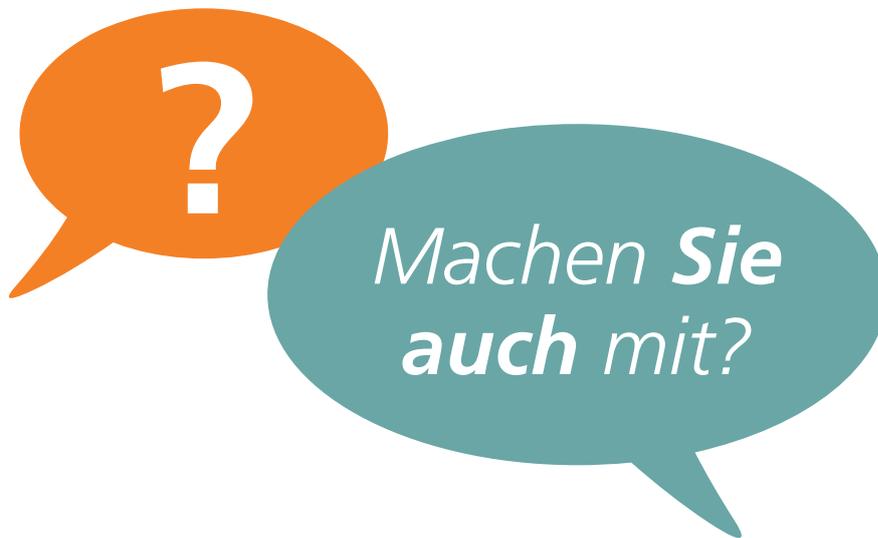
Löwe Werbeagentur GmbH, Lörrach
www.loewe-werbeagentur.com

Verantwortlich

Stadt Rheinfelden (Baden)
Cornelia Rösner, Stefanie Fransoz in Kooperation mit Jörg Brei-
holz, Heike Kramer, Kristina Kramer, Kerstin Meyer, Brigitte Rüedin
und Elke Streit, Ehrenamtliche aus dem Netzwerk Ehrenamt
Rheinfelden (Baden) im Rahmen der engagierten Stadt Rhein-
felden (Baden)

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wurde im Text häufig die
männliche Form gewählt, nichts destoweniger beziehen sich die
Angaben auf Angehörige beider Geschlechter.

September 2018



Die in dieser Broschüre genannten Engagementmöglichkeiten sind nur einige Beispiele für das vielseitige Ehrenamt in Rheinfelden (Baden).

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.rheinfelden.de. Dort finden Sie zum Beispiel eine Übersicht unserer Vereine oder Informationen zu bürgerschaftlichem Engagement, zum Ehrenamt und zur engagierten Stadt.

Auch die Freiwilligenagentur Rheinfelden unterstützt Sie gerne, das passende Engagement zu finden und beantwortet Ihre Fragen zu den hier vorgestellten Institutionen.

Freiwilligenagentur Rheinfelden

Friedrichstr. 6
79618 Rheinfelden (Baden)

Öffnungszeiten:
Mo 10–12 Uhr | Mi 16–18 Uhr

Tel. 07623 95-463
(während der Öffnungszeiten)
oder 95-430

info@freiwilligenagentur.de
www.rheinfelden.de/freiwilligenagentur

