

benevol Nachrichten

Nr. 26
Dez. 2025

Freiwilligenarbeit im Aargau



Lernen

benevol



Lernen als Haltung

Lernen begleitet uns ein Leben lang – manchmal bewusst, meist aber nebenbei. Im Freiwilligenmanagement erlebe ich täglich, wie Lernen nicht nur Bildung im schulischen Sinne bedeutet. Es bedeutet auch, Veränderungen zuzulassen und Selbstwirksamkeit zu fördern. Wer sich freiwillig engagiert, bringt nicht nur etwas mit, sondern erhält dafür auch viel zurück: neue Erfahrungen, neue Sichtweisen, neue Fähigkeiten.

Im SRK Kanton Aargau wurde in diesem Jahr das Aufnahmeverfahren für Freiwillige neu ausgestaltet – ein Lernprozess für alle Beteiligten. Besonders inspirierend finde ich dabei, dass neue Freiwillige ab dem ersten Tag von erfahrenen Mentor:innen lernen können und beide für sich selbst neue Kompetenzen entdecken. Lernen ist dabei nicht nur Mittel zum Zweck, sondern Ausdruck von Wertschätzung und Vertrauen.

Die Beiträge in dieser Ausgabe zeigen, wie vielfältig Lernen im freiwilligen Engagement sein kann; ob in strukturierten Weiterbildungen, in der Begleitung anderer oder im stillen Mitnehmen von Erfahrungen. Für mich ist Lernen vor allem eines: eine Haltung. Eine Haltung, die offen macht für Entwicklung, für Begegnung und für das Gemeinsame.

Dominique Minder
Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Aargau
Vorstandsmitglied benevol Aargau

Inhaltsverzeichnis

3

Neue Website, Prix Engagement Olten, Neue Zahlen zu freiwilligem Engagement

4–5

Freiwilligenarbeit: Lernen fürs Leben

6–8

Ausbildung: 143.ch – Dargebotene Hand

9

Von anderen Lernen: Erzählcafé, Engagiert und Integriert

10

Portrait: Projekt Leben und Lernen

11

Kurse und Veranstaltungen

Impressum

Herausgeberin: benevol Aargau
 Fachstelle für Freiwilligenarbeit
 Bleichemattstrasse 42, 5000 Aarau
 Telefon 062 823 30 44
 benevol-aargau.ch
 info@benevol-aargau.ch

In Zusammenarbeit mit benevol Kanton Bern

Redaktion: Viola Hofmann, Janine Bachmann,
 Samuel Steiner, Lea Masserini, Nina Gutweniger

Auflage: 1800 Ex.
 Erscheint 2 x jährlich

Bilder:

Titelbild: iStock

S. 2: Donovan Wyrsh, S. 3: Bruno Kissling Oltner Tagblatt
 S. 4: Fabio Baranzini S. 5: volta studio GmbH,
 S. 6: pexels, Karola G. S. 7: Livana Bachofner, S. 9: iStock,
 S.10/S.11: Projekt Leben und Lernen

Layout/Druck: Druckerei AG Suhr,
 drucksuhr.ch



Neue Website

Schon bemerkt? Unsere Website hat ein neues Gesicht! In Zusammenarbeit mit benevol Schweiz und der Agentur Vitamin 2 haben alle benevol-Fachstellen einen frischeren Auftritt erhalten. Hilfsmittel und Leitfäden für Organisationen und Freiwillige sind jetzt noch schneller zu finden. Schau vorbei!

benevol-aargau.ch

Prix Engagement Olten

Erstmals hat die Stadt Olten in Zusammenarbeit mit benevol Aargau am 3. November 2025 den Prix Engagement Olten vergeben. Eine sechsköpfige, vielfältige Jury wählte aus 20 Nominationen eine Person und ein Projekt aus. Am stimmungsvollen Anlass mit ca. 100 Gästen wurden Roswitha Peier und die Notschlafstelle Schlafguet ausgezeichnet. Roswitha Peier engagiert sich seit über 50 Jahren in Olten und Wangen freiwillig, noch heute ist sie in zwei Pflegeheimen aktiv. Der Verein Schlafguet betreibt seit April 2024 mit viel Engagement und Präsenz von Freiwilligen eine Notschlafstelle in Olten.



Roswitha Peier und Vertreterinnen und Vertreter der Notschlafstelle: Diana Greiner, Samira Menzi, Steffi Kröni, Esther Bader und Marco von Arx (von links).

Weitere Informationen: olten.ch/freiwilligenarbeit

Neue Zahlen zu freiwilligem Engagement

Der Freiwilligen-Monitor 2025 bringt umfassende Zahlen und Fakten zur Freiwilligenarbeit in der Schweiz. Und er zeigt klar: Das freiwillige Engagement ist stabil geblieben.

In der Schweiz engagieren sich 66 Prozent der Bevölkerung freiwillig – sei es im Verein, in der Nachbarschaft oder im privaten Umfeld. Damit gehört die Schweiz europaweit zur Spitze. Was sich verändert: Personen engagieren sich lieber projektbasiert und befristet, langjährige und regelmässige Verpflichtungen sind weniger gefragt.

Details zu den Ergebnissen: freiwilligenmonitor.ch

Gedruckte Ausgabe: ISBN 978-3-03777-316-1



Freiwilligenarbeit: Lernen fürs Leben



Ein wertvoller Moment des Generationenaustauschs, der für beide Seiten bereichernd ist.

Freiwilligenarbeit ist weit mehr als reines Geben. Sie ist ein Ort des Lernens, persönlich, fachlich und sozial. Wer sich engagiert, entwickelt sich weiter: durch Erfahrungen im Tun und im Austausch mit anderen. Freiwilligenarbeit ist ein zentraler Ort des informellen Lernens, also von Lernprozessen, die ausserhalb von Schule oder Ausbildung stattfinden, aber genauso prägend wirken. So begleitet sie den gesamten Lebensweg wie ein Kreislauf: vom Sammeln erster Erfahrungen über das Erweitern von Perspektiven bis hin zum Weitergeben von Wissen.

Für Jugendliche und junge Erwachsene ist freiwilliges Engagement oft der erste Schritt Richtung Berufswelt. In solchen Tätigkeiten ausserhalb von Schule oder Studium entwickeln sie wichtige Fähigkeiten wie Selbstorganisation, Teamarbeit und Kommunikation weiter. Studien der OECD zeigen, dass gerade in diesen nichtformalen Lernumgebungen soziale und emotionale Kompetenzen gefördert werden, die im Berufsleben von grosser Bedeutung sind.

Solche Lernerfahrungen entstehen auch dort, wo Freiwillige Kinder beim Spielen und Lernen begleiten. In Projekten wie dem «Kindertreff» in Suhr erleben die Kleinen, dass Lernen Freude machen kann und junge Erwachsene, wie erfüllend es ist, Neugier zu wecken und Geduld zu üben. Durch die persönliche Begleitung wächst Vertrauen, und Lernen wird zu einem gemeinsamen Prozess des Entdeckens.

Darüber hinaus lernen junge Engagierte andere Lebensrealitäten kennen, entwickeln Empathie und Weltoffenheit. Diese Erfahrungen bilden wichtige Grundlagen für ein respektvolles gesellschaftliches Miteinander. Freiwilligenarbeit ermöglicht Jugendlichen damit, sich auszuprobieren, Verantwortung zu übernehmen und den eigenen Platz in der Gesellschaft zu finden – eine Art Schule des Lebens, in der Erleben und Lernen ineinandergreifen.

Perspektiven wechseln

Viele Freiwillige engagieren sich neben Beruf und Familie. Ob im Quartierverein, in einer Umweltgrup-

pe oder im sozialen Bereich: Sie leiten Projekte, moderieren Diskussionen oder begleiten Menschen aus unterschiedlichen Ländern. Der Freiwilligenmonitor Schweiz zeigt, dass Freiwillige dabei wichtige Kompetenzen festigen, die auch im Beruf gefragt sind – etwa Problemlösungsfähigkeit, Organisationsgeschick, interkulturelles Verständnis oder den konstruktiven Umgang mit Konflikten. Engagement wird so zu einem Lernfeld, in dem man neue Blickwinkel einnimmt und die eigenen Handlungskompetenzen erweitert.

Viele bringen auch ihre beruflichen Erfahrungen ein. So etwa Prisca Leu, die nach ihrer Pensionierung eine Schulklasse in Lyss begleitet. Als ehemalige Personalchefin weiss sie, wie wichtig klare Kommunikation und Geduld sind – Fähigkeiten, die sie in ihrem Engagement auf neue Weise anwendet. Sie erlebt, wie Lernen durch Beziehung entsteht, auf Augenhöhe, mit gegenseitigem Respekt und Offenheit für Neues. Freiwilligenarbeit schafft so Verbindungen, die über Generationen und Lebenswelten hinausreichen.

Weitergeben und Weiterlernen

Erfahrene Menschen geben im Engagement einen Teil ihres Wissens weiter, sei es als Mentor:innen, Vereinsmitglieder oder Begleitpersonen. Ihr Einsatz ist Vermächtnis und Geschenk zugleich: Wissen, Werte und Erfahrungen werden geteilt und können so an unterschiedlichen Orten wirken. Gleichzeitig lernen auch sie Neues – durch den Kontakt mit Jüngeren, durch digitale Werkzeuge oder durch die Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Themen. Die Weltgesundheitsorganisation zeigt in ihrem Bericht zum aktiven Altern, dass freiwilliges Engagement im Alter nicht nur Sinn stiftet, sondern auch geistige Aktivität und soziale Lernprozesse fördert.

Besonders sichtbar wird dies beim Projekt «Generationen im Klassenzimmer» von Pro Senectute Aargau. Seniorinnen und Senioren besuchen dort regelmässig Schulklassen, begleiten Kinder beim Lernen und bringen ihre Lebenserfahrung ein. Die Kinder erleben Zuwendung, während die älteren

Freiwilligen neue Unterrichtsformen, digitale Hilfsmittel und kindliche Perspektiven kennenlernen. So entsteht Lernen über Generationen hinweg – ein Gewinn für alle.

Lernen als Kreislauf

Freiwilligenarbeit ist ein Raum des Gebens und Nehmens: zwischen Jung und Alt, Stadt und Land, Akademiker:in und Praktiker:in. Dieser Austausch stärkt nicht nur die Beteiligten, sondern auch den gesellschaftlichen Zusammenhalt.

Das zeigt sich auch im Projekt «Leben und Lernen» in Aarau, wo Freiwillige junge Geflüchtete bei der Integration in die Gesellschaft unterstützen. Sei es als Lehrperson, Mentorin oder Mentor. Es entstehen Begegnungen auf Augenhöhe über Sprachen, Erfahrungen und Kulturen hinweg. Die Freiwilligen fördern nicht nur, sondern entdecken auch selbst neue Sichtweisen und Lebensrealitäten. Im Portrait von Pavel auf Seite 10 erzählt ein Freiwilliger dieses Projekts von seinen Erfahrungen.

In jeder Lebensphase eröffnet Freiwilligenarbeit neue Lernwege: Selbstwirksamkeit, Empathie, Durchhaltevermögen, Verantwortungsbewusstsein. Engagement ist Bildung, unabhängig von Alter oder Bildungsniveau. Es verbindet Menschen, schafft Sinn und fördert Zusammenhalt. So schliesst sich der Kreis: Wer sich einbringt, wächst – und lässt zugleich die Gesellschaft wachsen.



Lea Masserini, benevol Kanton Bern
Janine Bachmann, benevol Aargau



Vom Ehrgeiz gute Gespräche zu führen und daran zu wachsen

143.ch – Dargebotene Hand ist die bekannteste Anlaufstelle für emotionale Erste Hilfe in der Schweiz. Was viele nicht wissen: Die Gespräche werden von sorgfältig geschulten Freiwilligen geführt. Für Aargau und Solothurn sind aktuell rund 50 Personen im Einsatz. Wie funktioniert die Ausbildung und zu welchen Menschen passt dieses Engagement?

«Die wichtigste Voraussetzung für das Engagement bei 143.ch ist, dass man Menschen mag und Interesse an ihrer Komplexität hat», sagt Christina Hegi Kunz, Geschäftsleiterin der Regionalstelle Aargau/Solothurn. Zudem müsse man selbst stabil sein. «Man kann nicht aus einer Krise heraus eine Tätigkeit wie diese machen. Es braucht den Ehrgeiz, gute Gespräche zu führen und daran zu wachsen. Ob man helfen konnte, erfährt man selten, denn in der

Regel gibt es keine Rückmeldung der Anrufenden. Wissensdurst ist ebenfalls wichtig, bei uns kann man viel lernen – zum Beispiel über den Umgang mit schwierigen Situationen.»

Christina Hegi Kunz beschreibt die Freiwilligen als vielseitige, starke und engagierte Persönlichkeiten, die bereit sind etwas extra zu leisten. «Bei uns arbeiten ganz unterschiedliche Menschen freiwillig – vom Geschäftsleiter über die Sachbearbeiterin bis zur Psychologin. Oft werden sie in den Gesprächen gefordert, aber das sehen sie als Bereicherung für ihr eigenes Leben.»

Geduld und ausführliche Gespräche: Der Einstieg Interessierte melden sich in der Regel via Webseite. Nach einer Informationsveranstaltung startet das Bewerbungsverfahren, indem sie zu einem persönlichen Gespräch eingeladen werden. Im

Prozess wird evaluiert, ob die Person die nötigen Voraussetzungen mitbringt. «Man muss sich das Engagement leisten können – emotional, körperlich und auch finanziell», erklärt Christina Hegi Kunz. Körperlich, weil zum Engagement auch einzelne Nachtschichten gehören und finanziell, weil sich die Freiwilligen an den Kosten der Grundausbildung beteiligen müssen. So können sie auch während der Ausbildung noch ohne schlechtes Gewissen zurücktreten – das entlastet.

Wenn es beidseitig passt, unterzeichnen wir gemeinsam eine Ausbildungsvereinbarung. Die Ausbildung wird ungefähr alle eineinhalb Jahre durchgeführt. «Man ist also unter Umständen ein Jahr lang auf der Interessent:innenliste, bevor es losgeht. Das ist einerseits schade, aber es führt auch zu einer natürlichen Selektion, weil nur langfristig interessierte Personen dabei bleiben», so Christina Hegi Kunz.

Fundiert und einzigartig: Die Ausbildung

Die fundierte siebenmonatige Ausbildung findet an insgesamt elf Kurstagen statt. Dazu gehören ganztägige Kurse und Abendveranstaltungen. Die Freiwilligen lernen dabei viel über Gesprächsführung, aktives Zuhören und wertfreie Kommunikation – denn die persönliche Meinung ist für die Tätigkeit bei 143.ch nicht gefragt. Freiwillige nehmen eine Haltung ein, bei der die eigene politische oder religiöse Überzeugung keine Rolle spielen darf.

An den Kurstagen stehen praktische Übungen zu Alltagsthemen wie Beruf, Gesundheit oder Finanzen im Mittelpunkt – die gesamte Lebensspanne wird behandelt. Dazu gehören auch Übergänge wie Geburt, Erwachsenwerden oder Pension. Krisen wie Sucht, Trauer, Krankheit, Gewalt oder Suizidalität sind ebenfalls ein essenzieller Bestandteil der Ausbildung. Die Kurse werden durch interne Fachpersonen geleitet.

Nach dem ersten Teil der Ausbildung erfolgt der Einstieg in die Praxis. Spätestens jetzt wird die Schweigevereinbarung unterschrieben, denn weder mit der besten Freundin noch mit dem Nachbarn dürfen die gehörten Geschichten geteilt werden. Die Teilnehmenden lernen nun ihre persönlichen

Mentor:innen kennen, die erfahrene Freiwillige sind. Von ihnen werden sie Schritt für Schritt in die Arbeit am Telefon eingeführt. Nach Abschluss der Ausbildung wird die Vereinbarung zur Zusammenarbeit unterschrieben. Ab dann arbeiten die Freiwilligen selbstständig mit fachlicher Begleitung.



«Dieses Engagement ist für die Freiwilligen oft eine Herausforderung und gleichzeitig eine Bereicherung für ihr eigenes Leben.»

Christina Hegi Kunz, Geschäftsleiterin 143.ch Aargau-Solothurn

Viel Freiheit mit klarem Rahmen: Die Einsätze

Seit 2019 gibt es neben dem Telefon (rund um die Uhr) auch einen Chat von 10 bis 22 Uhr. Die englischsprachige Hotline «Heart2Heart» ist abends von 18 bis 23 Uhr erreichbar. Alle Einsätze werden in den Räumlichkeiten der Dargebotenen Hand geleistet, aus Datenschutzgründen und aus Gründen der Psychohygiene. «Der Rahmen ist klar und verbindlich, was Sicherheit gibt. Das ist nötig, damit die Freiwilligen mit der Selbständigkeit und Verantwortung umgehen und sich voll und ganz auf die Gespräche konzentrieren können», so Christina Hegi Kunz. Im Jahr übernehmen die Freiwilligen zwischen 35 und 40 Schichten, für die sie sich selbstständig eintragen können. Beim Schichtwechsel gibt es immer einen Austausch zwischen den Freiwilligen, um den Einsatz gut abschliessen zu können.

Zwei kritische Fragen an Christina Hegi Kunz, Geschäftsleiterin 143.ch Aargau-Solothurn

Müsste man die Freiwilligen nicht für ihr grosses Engagement bezahlen?

Es wäre schön, wenn wir diese engagierten Personen bezahlen könnten, die der Allgemeinheit so viel Ihrer wertvollen Zeit zur Verfügung stellen. Dass immer mehr Geldgeber ihre Beiträge kürzen oder ganz streichen, stellt uns vor grosse Herausforderungen. Spätestens, wenn wir keine Freiwilligen mehr finden, muss diese Diskussion noch breiter geführt werden.

Begrenzt ihr mit der Ausbildungsdauer und den Kosten nicht das Potenzial von weiteren Freiwilligen?

Der Beitrag hat Interessierte tatsächlich schon abgeschreckt. Die Ausbildung ist intensiv, qualitativ hochstehend und für uns sehr kostenintensiv. Alle Interessierten müssen die Ausbildung absolvieren, egal mit welchem Rucksack sie kommen. Es geht auch stark um Haltungsthemen und Werte. Nur so kann die Kultur vermittelt und erfahren werden, für die 143.ch steht. Das ist eines unserer Qualitätsmerkmale. Ein weiteres ist die gelebte Solidarität. Dass alle Nachtschichten leisten müssen, ist nur ein Beispiel. Die meisten Freiwilligen engagieren sich mehr als acht Jahre, einige sind schon seit über 30 Jahren für 143.ch tätig.



**Julia* engagiert sich bereits seit
15 Jahren freiwillig beim
Telefon 143.ch, seit fünf Jahren
ist sie zudem im Chat-Team.**

Warum machst du das?

Mich trafen in meinem Leben mehrere schwere Schicksalsschläge. Ich konnte daraus gestärkt hervorgehen und fühlte mich dadurch sehr beschenkt. Dieses Geschenk wollte ich anderen Menschen weitergeben, die andere Voraussetzungen haben. Ich will Menschen meine Zeit schenken. Ich gebe aber nicht nur; die Gespräche berühren und bereichern mich.

Wie war die Ausbildung und wie sind die Weiterbildungen?

Die Ausbildung bietet eine sehr gute und breite Basis. Und die Weiterbildungen sind auf Themen bezogen, die uns täglich beschäftigen. Sie sind sehr unterstützend und fördernd, so dass wir am Telefon oder im Chat allen Herausforderungen gerecht werden. Sie helfen dabei, noch mehr Sicherheit zu bekommen und sind unterstützend fürs Selbstvertrauen. Auch sonst sind wir nicht allein, wir werden gut begleitet.

Wie verarbeitest du schwierige Gespräche?

Durch den Austausch mit anderen vom Team. Ich kann jederzeit Gespräche mit den Ausbilder:innen oder Kolleg:innen führen. Zum Beispiel beim Schichtwechsel. Auch verschiedene Inter- und Supervisionen bringen uns weiter. Sie geben uns die Flexibilität, unterschiedlichsten Menschen gerecht zu werden und ihnen ein gutes Gegenüber zu sein. Man weiss nie im Voraus, was einen erwartet, so bleibt es stets interessant und das bringt mich im Leben weiter!

Kannst du deine Erfahrungen auch privat oder beruflich anwenden?

Ja, diese Erfahrungen sind im privaten wie auch im beruflichen Umfeld sehr nützlich. Der Umgang mit Grenzen, die Auseinandersetzung mit eigenen und anderen Überzeugungen, die Vielfältigkeit im Miteinander, Toleranz und Respekt – all dies bietet mir die Möglichkeit, auch im Alltag Menschen auf Augenhöhe begegnen zu können.

Interessiert?
143.ch/mitmachen

Viola Hofmann, benevol Aargau

** alle Mitarbeitenden leisten ihr Engagement mit einem Pseudonym.
Der hier genannte Name entspricht weder dem Richtigen noch dem Pseudonym.*

Von anderen lernen

Erzählcafé: Zuhören, austauschen und einander kennenlernen

Gespräche mit Tiefgang sind im Alltag oft rar. Das Erzählcafé schafft eine «Gemeinschaft auf Zeit»: Menschen treffen sich an einem Ort, erzählen persönliche Anekdoten und Erfahrungen zu einem bestimmten Thema und hören einander gegenseitig aufmerksam zu. Im Erzählcafé geht es um Alltag, Erinnerungen und Gedanken – alles fliesst in einem respektvollen Rahmen zusammen. So entstehen Momente von Nähe, Freude und Inspiration.

benevol Aargau lancierte Mitte Oktober im Auftrag des Kantons Aargau vier neue Erzählcafés in verschiedenen Regionen des Kantons. Diese stehen allen Altersgruppen offen, richten sich aber hauptsächlich an ältere Menschen. Der Austausch stärkt das gegenseitige Verständnis und das Selbstwertgefühl und trägt so zum gesellschaftlichen Zusammenhalt bei.

Die Erzählcafés finden monatlich in der Aareperle Döttingen, dem Chapelehof Wohlen, im Alterszentrum Mittleres Wynental in Oberkulm und in der Palaveria in Zofingen statt. Ein:e Moderator:in führt ins Thema ein und sorgt dafür, dass alle zu Wort kommen, die möchten. Danach besteht die Gelegenheit, einander Fragen zu stellen und sich ungezwungen kennenzulernen. Für die Teilnahme an einem Erzählcafé sind keine Vorkenntnisse erforderlich, denn jeder Mensch trägt Geschichten in sich, die es wert sind, gehört zu werden. Die Erzählcafés sind kostenlos, ein Getränk pro Person wird offeriert.



Weitere Informationen:
[ag.ch/erzaehlcafe](https://www.benevol-aargau.ch/erzaehlcafe)

Ungenutztes Potenzial von Freiwilligen mit geringen Deutschkenntnissen

Nach einer zweijährigen Pilotphase in der Region Aarau wurde das Projekt «Engagiert und Integriert» Anfang Jahr mit der Ausweitung auf die Regionen Brugg, Zofingen und Aargau Süd nun einer noch grösseren Gruppe von Menschen zugänglich gemacht. Ziel des Projekts ist es, das bisher weitgehend ungenutzte Potenzial von Menschen mit geringen Deutschkenntnissen für die Freiwilligenarbeit auszuschöpfen.

In Zusammenarbeit mit den Regionalen Integrationsfachstellen (RIF) und weiteren Partnerorganisationen stärkt benevol Aargau die Vermittlung von freiwilligen Tätigkeiten und unterstützt Organisationen dabei, neue Einsatzmöglichkeiten zu schaffen. Gleichzeitig erhalten die Freiwilligen die Chance, sich über ihr Engagement besser zu vernetzen und ihre Deutschkenntnisse zu verbessern. Damit leistet das Projekt auch einen Beitrag zur Integrationsarbeit.

Weitere Informationen:
[benevol-aargau.ch/engagiert-und-integriert](https://www.benevol-aargau.ch/engagiert-und-integriert)





Leben und Lernen

Pavel ist 37 und engagiert sich seit vier Jahren beim Projekt «Leben und Lernen» als Lehrer für Mathematik. Das Projekt unterstützt geflüchtete Jugendliche und junge Erwachsene im Alter zwischen 16 und 24 Jahren beim Ankommen in der Schweiz, um sie bestmöglich auf ihre Zukunft vorzubereiten.

Erzählst du uns etwas über dich und wie du zum Projekt gekommen bist?

Ich bin Kurde und komme aus dem Irak. In Kurdistan hatte ich Mathematik studiert und als Lehrer unterrichtet, bis der Krieg ausbrach. Gemeinsam mit meinem Bruder und einigen Freunden kämpfte ich darauf im Irak und Syrien auf kurdischem Gebiet gegen den Islamischen Staat (IS). Vor 10 Jahren flohen mein Bruder und ich über Umwege in die Schweiz. Alle unsere Freunde verloren wir im Krieg, mein Bruder wurde schwer verletzt. In der Schweiz wollte ich mich beschäftigen und versuchte mehrfach, eine Arbeit zu finden, zum Beispiel als Umzugshilfe. Doch mein Asylstatus erlaubte mir nicht zu arbeiten. Ich vermisste meine Tätigkeit als Lehrer sehr und wollte nicht einfach nur Rumsitzen.

Pavel hat einen negativen Asyl-Bescheid erhalten. Sein aktueller Status lautet «ausreisepflichtig». Er hat ein Härtefallgesuch eingereicht. Nachdem der Kanton Aargau die Voraussetzungen für ein Härtefallgesuch als gegeben erachtete, hat dies der Bund wiederum abgelehnt. Nun ist ein neues Härtefallgesuch offen. Mit dem aktuellen Status ist es ihm nicht erlaubt, bezahlt zu arbeiten, aber er darf sich freiwillig engagieren.

Vor vier Jahren erzählte mir ein anderer Geflüchteter aus meiner Asylunterkunft – Schüler bei Leben und Lernen – von dem Projekt. Daraufhin begleitete ich ihn dorthin und sprach mit den Verantwortlichen. Ich erklärte ihnen, dass ich Mathematik studiert habe und mich gerne im Projekt engagieren möchte.

Was machst du genau?

Ich unterrichte zwei Mal pro Woche Mathematik. Meine Schüler:innen sind im Alter zwischen 16 und 20 und haben eine Fluchtgeschichte. Sie sind alle noch nicht lange in der Schweiz und wir bereiten sie auf den weiteren Bildungsweg vor. Nebst der Mathematik kann ich ihnen auch einiges über die Schweizer Kultur beibringen. Das ist mir auch persönlich wichtig, denn mir hat die Schweiz sehr geholfen. Auch schätze ich die Menschen in diesem Land und beispielsweise die Sauberkeit. Mit meinem Engagement kann ich wenigstens ein bisschen etwas weitergeben.

Was sind besondere Herausforderungen?

Bei uns gibt es Schüler:innen, die noch nie eine Schule besucht haben, manche können nicht einmal schreiben. Die Kommunikation kann sehr schwierig sein, weil wir keine gemeinsame Sprache haben. Das ist eine Herausforderung, aber auch interessant. Ich finde das Projekt Leben und Lernen enorm wichtig. Es kommen so unterschiedliche Kulturen in dieses Land und viele Leute kennen fast nur Krieg. Sie müssen konstant daran denken. Das Projekt gibt ihnen Ruhe, denn es geht nicht nur ums Lernen, sondern eben auch ums Leben. Wenn es das Projekt nicht gäbe, hätten diese jungen Menschen nur Probleme im Kopf und keine Beschäftigung.

Wie wirst du als Freiwilliger begleitet?

Wenn ich Fragen oder ein Problem im Unterricht habe, helfen mir die Mitarbeitenden bei Leben und Lernen immer weiter. Sie unterstützten mich auch beim Härtefallgesuch und anderen rechtlichen Fragen. Und mir wird das Abo für den lokalen Verkehr bezahlt. Ich könnte es mir gar nicht leisten. Ausserdem sind sie mir eine grosse Hilfe im Privatleben, es sind Freundschaften entstanden. Auch mit den anderen Lehrpersonen habe ich einen guten Kontakt – es fühlt sich an wie eine Familie.

Engagierst du dich noch in anderen Projekten freiwillig?

Ich gehe mehrmals pro Woche bei Caritas Aargau im «Café Contact» vorbei und stelle mich spontan zur



Verfügung, um vor Ort zu übersetzen, wenn es mit Personen, die neu in der Schweiz sind, Verständigungsschwierigkeiten gibt. Ich spreche Persisch, Arabisch, Griechisch, Russisch und natürlich Kurdisch. Daher kann ich mich mit vielen unterschiedlichen Menschen verständigen.

Viola Hofmann, benevol Aargau

Projekt Leben und Lernen

Das Projekt Leben und Lernen unterstützt geflüchtete Jugendliche und junge Erwachsene im Alter zwischen 16 und 24 Jahren. Ziel ist es, ihnen Stabilität zu geben und sie bestmöglich auf ihre Zukunft vorzubereiten. Das Projekt ist Teil des Kantonalen Integrationsprogramms KIP und umfasst ein Lernatelier, Kurzberatungen und Coachings, Mentoring sowie gezielte Aufgabenhilfe für junge Geflüchtete in der Lehre. Freiwillige mit verschiedenen beruflichen Hintergründen tragen massgeblich zum Erfolg des Projekts bei.

Interessiert mitzumachen?

leben-und-lernen.ch/freiwilligenarbeit
Susanne Klaus, 079 888 32 02

Unsere Kurse und Veranstaltungen

Für Freiwilligen-Koordinator:innen und Vereinsvorstände

Social Media für Einsteiger:innen Online

Samstag, 7. und 21. März 2026, 9:00 – 12:00 Uhr

Fundraising: Geld sammeln mit Strategie, Methode und Freude

Donnerstag, 26. März 2026, 16:00 – 19:00 Uhr, Aarau

benelunch: Datenschutz Online

Dienstag, 31. März 2026, 12:00 – 13:15 Uhr

Vereinsführung und Vorstandsarbeit

Samstag, 2. Mai 2026, 8:30 – 12:00 Uhr, Aarau

benevol-jobs.ch erfolgreich nutzen Online

Mittwoch, 20. Mai 2026, 11:45 – 13:00 Uhr

Freiwilligen-Koordination kompakt

Dienstag, 9. Juni 2026, 14:15 – 18:15 Uhr, Olten

Juristische Aspekte und Datenschutz

Donnerstag, 20. August 2026, 14:00 – 17:00 Uhr, Aarau

Lehrgang Freiwilligen-Koordination

Dienstag, 25. August, 1. und 8. September 2026,
9:00 – 17:00 Uhr, Aarau

Im 3,5-tägigen Kurs lernst du, wie Freiwilligenarbeit in der Struktur und Kultur einer Organisation verankert werden kann, wie du neue Freiwillige gewinnen, diese begleiten und förderliche Rahmenbedingungen für attraktive Freiwilligenarbeit schaffen kannst.

Für freiwillig Engagierte

Psychische Gesundheit beim Älterwerden

Donnerstag, 22. Januar 2026,
9:00 – 12:00 Uhr, Aarau

Einführungskurs Besuchsdienst

ab Dienstag, 3. März 2026,
17:00 – 20:00 Uhr, Aarau

Klare Grenzen setzen auf Basis gewaltfreier Kommunikation*

Dienstag, 10. März 2026, 14:00 – 17:00 Uhr, Baden

Einführung in Achtsamkeit und Meditation*

Donnerstag, 23. April 2026, 9:00 – 12:00 Uhr, Aarau

Interkulturelle Kommunikation*

Donnerstag, 7. Mai 2026, 17:30 – 20:30 Uhr, Aarau

Gesprächsführung: Verstehen und verstanden werden

Donnerstag, 18. Juni 2026, 14:00 – 17:00 Uhr, Baden

* Diese Kurse eignen sich auch für Freiwilligen-Koordinator:innen und Vereinsvorstände.



benevol

Freiwilliges Engagement – frag uns!

Engagement finden
benevol-jobs.ch

Fachstelle für Freiwilligenarbeit

benevol Aargau
Bleichemattstrasse 42
5000 Aarau
062 823 30 44
info@benevol-aargau.ch
benevol-aargau.ch



@benevol.aargau