

# CARITAS regional



Aus dem  
«Nachbarn»  
wird  
«Caritas  
regional»

Schwerpunkt

## Teuerung verstärkt die Armut

Arm trotz Arbeit

> Seite 6

«Ich will helfen»

## Energiequelle Freiwilligen- arbeit

Wer anderen hilft,  
hilft auch sich selbst

> Seite 13

Jubiläum

## «mit mir»- Patenschaften

Kinder lernen  
neue Welten kennen

> Seite 14



Bild: Zoe Tempest

Karla F. wünscht sich, in ihrem gelernten Beruf wieder Fuss zu fassen und von der Sozialhilfe unabhängig zu werden.

Schwerpunkt

## Teuerung verstärkt die Armut

Viele Menschen sind wegen der aktuellen Teuerung beunruhigt. Doch während der Mittelstand die Heizung zurückdreht und weniger Markenprodukte kauft, können diejenigen, die schon bisher jeden Franken zweimal umdrehen mussten, oft nicht noch mehr einsparen. Unsere Caritas-Beratungsstellen spüren vermehrt die Sorgen ihrer Klient\*innen angesichts hoher Rechnungen und steigender Kosten.

Die Ursachen für Inflation sind für uns nur schwer beeinflussbar, aber die daraus resultierenden Folgen müssen nicht als unveränderlich akzeptiert werden. Die Politik und die Gesellschaft haben durchaus Hebel, um die Situation von Armutsbetroffenen zu verbessern. Lesen Sie dazu im Schwerpunkt die Geschichte von Klara F. (Name geändert): Obwohl sie studiert hat, arbeitet sie aufgrund ihrer Familiensituation und als Folge von Krankheiten Teilzeit als Reinigungskraft. Die Preissteigerungen treffen ihre kleine Familie besonders hart. Noch mehr einzusparen, ist schwierig. Doch sie gibt die Hoffnung nicht auf, wieder eine besser bezahlte Stelle zu finden, um finanziell stabiler zu werden.

Wir wünschen Ihnen eine spannende Lektüre!

ab Seite 6

# Inhalt

## 3 Editorial

Kurz & bündig

## 4 News aus dem Caritas-Netz

Schwerpunkt

## 6 Alleinerziehende im Teufelskreis

Schwerpunkt

## 10 Warum die Teuerung Haushalte mit tiefen Einkommen besonders stark trifft

Schwerpunkt

## 12 Interview: Sparpotentiale überprüfen

Ich will helfen

## 13 «Freiwilligenarbeit ist eine Energiequelle»

Caritas Zürich

## 14 20 Jahre sinnvolle Freizeit

Das Projekt «mit mir» feiert Geburtstag

## 16 In Zahlen: Das Leben wird teurer

## 17 Fokus Zürich: Energiekostenzulage für Menschen mit knappem Budget

## 18 Caritas Secondhand: Secondhand-Chic für Kids

Tabitha Foster über den neuen Secondhand-Kinderkleiderladen und nachhaltigen Konsum

## 22 10 Jahre Fachstelle Pfarreiliche Soziale Arbeit

Eine zentrale Anlaufstelle für Pfarreien und Kirchgemeinden

Kolumne

## 23 Wir liegen wach

# Liebe Leser\*innen

Inflation und Teuerung, bedrohliche Begriffe, die bislang wenig mit dem Leben in der Schweiz zu tun hatten. Nun sind sie zu einer besorgniserregenden Tatsache geworden: Wer bereits bisher mit einem schmalen Budget auskommen musste, den trifft die veränderte finanzielle Lage deutlich heftiger. Für Betroffene bedeutet dies, das Geld (noch) besser einzuteilen und den Alltag umzustellen. In unseren Beratungsgesprächen werden hohe Rechnungen für Energie- sowie Heiz- und Nebenkosten immer häufiger angesprochen. Das Thema Teuerung beschäftigt auch die alleinerziehende Klara F., die sich trotz guter Ausbildung und grosser Willensstärke nicht aus der Armut befreien kann. Ihr im aktuellen Magazin beschriebenes Schicksal teilt sie mit zahlreichen Familien, für die eine Veränderung ihrer Situation dringend notwendig ist.

Eine Veränderung, die Ihnen sicher aufgefallen ist, haben wir kürzlich auch bei unserem Magazin angepackt: Wir haben Titel und Sprache angepasst. Als Organisation, die sich für eine gerechte Gesellschaft einsetzt, ist uns auch die Gleichstellung der Geschlechter wichtig und damit eine inklusive Sprache, die alle Geschlechter miteinschliesst.

Und dann haben wir noch ein besonderes Jubiläum zu feiern: Dieses Jahr wird unser Patenschaftsprojekt «mit mir» 20 Jahre alt. Das Angebot hilft Kindern aus benachteiligten Familien dank freiwilligen Pat\*innen neue Welten kennenzulernen und an Selbstvertrauen zu gewinnen. In unserem Interview ab Seite 14 wird deutlich, wie wichtig das Angebot auch heute noch ist.

Herzlich



Björn Callensten  
Direktor Caritas Zürich



Bild: zvg

**Björn Callensten**  
Direktor Caritas Zürich

«Caritas regional», das Magazin der regionalen Caritas-Organisationen, erscheint zweimal jährlich: im April und im Oktober.

**Gesamtauflage:**  
33 500 Ex.

**Auflage ZH:**  
14 500 Ex.

**Redaktion:**  
Karin Faes (regional)  
Christine Gerstner (national)

**Gestaltung, Produktion und Druck:**  
Stämpfli Kommunikation, Bern

**Papier:** Profibulk, FSC-zertifiziert  
**Versandfolie:** «l'm eco»  
(aus recycelten Altfolien)

**Caritas Zürich**  
Beckenhofstrasse 16  
Postfach  
8021 Zürich  
Tel. 044 366 68 68  
www.caritas-zuerich.ch  
IBAN CH38 0900 0000 8001 2569 0



Caritas Graubünden

## Pilotprojekt will Armut lindern

Für Armutsbetroffene ist ein Bahnbillett oft unerschwinglich. Das macht es für viele Menschen aus dem Kanton unmöglich, im Caritas-Markt in Chur einzukaufen. Mit einem aussergewöhnlichen Pilotprojekt will Caritas Graubünden Abhilfe schaffen.

Der Kanton Graubünden ist sehr weitläufig, die Angebote von Caritas mit dem Markt und dem Secondhand-Laden befinden sich jedoch alle in Chur. Wer sich keine Fahrkarte leisten kann, ist also doppelt benachteiligt. Der Aufbau lokaler Caritas-Angebote liesse sich nicht rechtfertigen. Zudem fehlt in ländlichen Gegenden oftmals die Anonymität, was Bedürftige davon abhält, die Angebote zu nutzen. Armut ist immer noch mit Scham verbunden.

Auf die Frage, wie Caritas zu den Menschen in den Tälern kommt, hat man in Graubünden eine unerwartete Antwort gefunden. Durch ein Pilotprojekt wird es Armutsbetroffenen ermöglicht, günstig nach Chur zu fahren, um im Caritas-Markt einzukaufen. Wer eine KulturLegi besitzt, kann zu einem symbolischen Preis von drei Franken zweimal pro Monat eine Bahn- oder Postautofahrkarte von seinem Wohnort nach Chur und zurück beziehen. Ausgestellt werden die Billetts nach dem Einkauf im Caritas-Markt. Da die Fahrzeit je nach Wohnort zwei oder mehr Stunden dauern kann, gilt das Angebot vorerst für zwei Einkäufe pro Monat.

Finanziert wird das Pilotprojekt, das für drei Jahre ausgelegt ist, derzeit durch Partnerschaften mit der Graubündner Kantonalbank, der Rhätischen Bahn und PostAuto Schweiz.

[www.caritasgr.ch](http://www.caritasgr.ch)

### Korrektur

«Die Stärke des Volkes misst sich am Wohl der Schwachen.» So steht es in der Präambel der Schweizer Bundesverfassung. Allerdings ist dies nicht, wie wir in der letzten Ausgabe fälschlicherweise geschrieben haben, seit 1848 der Fall. Der Satz fand seinen Eingang in die heutige gültige Bundesverfassung mit der Revision, die bei der Volksabstimmung vom 18. April 1999 gutgeheissen wurde. Wir entschuldigen uns für den Fehler.

Caritas St. Gallen-Appenzell

## Neuer Caritas-Markt in Rapperswil

An zentraler Lage, in nächster Nähe zum Bahnhof, liegt der neue Caritas-Markt. Mit einem Secondhand-Shop und dem Begegnungscafé erfüllt er viele Bedürfnisse.

Es brauchte einen langen Atem und ein grosses Engagement aller Involvierten, bis der Caritas-Markt in Rapperswil im November 2022 eröffnet werden konnte. Betrieben wird der Markt von Caritas St. Gallen-Appenzell in Kooperation mit Teen Challenge Schweiz, einer Institution, die unter anderem psychisch beeinträchtigte Menschen bei der beruflichen Integration unterstützt. Ein Arbeitstraining im Caritas-Markt, im Secondhand-Shop und im Begegnungscafé CafiTass ermöglicht Betroffenen, Erfahrungen nahe am ersten Arbeitsmarkt zu machen.

Wer eine KulturLegi hat, kann frische Lebensmittel und Haushaltprodukte günstig einkaufen und damit das knappe Budget entlasten. Der Secondhand-Laden und das Begegnungscafé sind öffentlich zugänglich. Mit der KulturLegi gibt es einen Kaffee für einen Franken. Damit sich auch Armutsbetroffene auswärts einen Kaffee leisten können.

[www.caritas-stgallen.ch](http://www.caritas-stgallen.ch)



Bild: Anita Rüegg Photography

In eigener Sache

# Neuer Magazin- titel und inklusive Sprache



Bild: CHANGE/CHALLENGE

Unser aller Leben verändert sich ständig – auch unsere Sprache entwickelt sich weiter.

Jahrelang hiess das Magazin, das Sie in den Händen halten, «Nachbarn». In einer der letzten Ausgaben wagten wir das Experiment mit einer Titelanpassung. Passend zum Thema «Armut ist weiblich» nannten wir die damalige Ausgabe «Nachbarin». Die positiven Feedbacks haben uns darin bestärkt: Es ist Zeit für einen neuen Namen!

Mit «Caritas regional» rücken wir den Kern unserer täglichen Arbeit stärker in den Fokus: die lokale Hilfe der einzelnen Deutschschweizer Caritas-Organisationen. Wir werden auch künftig über Menschen, ihre Lebensgeschichten und ihre Perspektiven berichten.

Mit dem Titel «Caritas regional» passen wir zudem unsere Sprache an. Als regionale Caritas-Organisationen setzen wir uns für eine gerechte, tolerante Gesellschaft ein. Dazu gehört die Gleichstellung aller Geschlechter. Neu verwenden wir im Magazin den Genderstern (etwa bei Leser\*innen), um alle Geschlechter einzuschliessen. Möglicherweise werden Sie trotzdem ab und zu noch auf die Doppelform wie «Leser und Leserinnen» stossen. Denn auch für uns ist die neue Schreibweise ein Lernprozess. Die Sprache verändert sich stets und wir uns mit ihr.

## NEWS

### Online-Börse von Caritas Aargau hilft mit Sachspenden

Wer gut erhaltene Kleider, Spielsachen oder Möbel besitzt, die er gerne an Menschen mit kleinem Budget verschenken würde, kann diese Artikel auf der Online-Börse von Caritas Aargau platzieren. Die Sachspenden werden von den Schenkenden direkt zu den Empfänger\*innen gebracht. Das Angebot ist auf der sieben-sprachigen Online-Hilfe von Caritas Aargau zu finden:

[online-hilfe.caritas-aargau.ch](https://online-hilfe.caritas-aargau.ch)

### Was, wie, wo? Caritas St. Gallen-Appenzell hilft weiter

Welches Formular brauche ich für mein Anliegen? Wie bewerbe ich mich auf eine freie Wohnung? Wo finde ich freie Stellen? Wo kann ich ein Dokument ausdrucken? Caritas St. Gallen-Appenzell und HEKS haben in Wattwil den WasWieWo-Schalter für Alltagsfragen eröffnet. Kostenlos und ohne Voranmeldung kann man sich jeweils montags von 16.00 Uhr bis 18.30 Uhr beraten und unterstützen lassen.

[www.caritas-stgallen.ch/was-wir-tun](https://www.caritas-stgallen.ch/was-wir-tun)

### Caritas Luzern unterstützt Ukrainer\*innen bei Stellensuche

Ukrainische Geflüchtete erhalten bei ihrer Ankunft in der Schweiz den Schutzstatus S. Dieser erleichtert die berufliche Integration, denn Erwachsene können ohne Wartefrist eine Erwerbstätigkeit aufnehmen. Caritas Luzern begleitet ukrainische Stellensuchende, von der beruflichen Erstabklärung über die Stellensuche bis hin zum Stellenantritt und bringt sie mit Arbeitgebenden zusammen.

[www.caritas-luzern.ch/starthilfe-arbeitsmarkt](https://www.caritas-luzern.ch/starthilfe-arbeitsmarkt)

### Caritas Bern: Secondhand-Laden «carla» eröffnet

Bern ist um eine nachhaltige Boutique reicher: Wer gerne umweltfreundlich einkauft, kann bei «carla» an der Gerechtigkeitsgasse 44 ein einzigartiges Sortiment mit zahlreichen Einzelstücken durchstöbern und neue Lieblingsstücke finden. Caritas wollte einen Ort schaffen, wo sich Menschen mit kleinem Budget, Umweltbewusste und Modebegeisterte wohl fühlen und gerne einkaufen.

[www.carlabycaritas.ch](https://www.carlabycaritas.ch)



Klaras Leben ist ein täglicher Balanceakt zwischen der Kinderbetreuung und der Erwerbstätigkeit. Aktuell kann sie leider ihren erlernten Beruf nicht ausüben. Doch sie gibt die Hoffnung nicht auf, finanziell wieder unabhängig zu werden.

# Alleinerziehende im Teufelskreis

**Arm trotz Arbeit: Klara F.\* zieht ihren Sohn Luis\* seit der Geburt allein auf. Obwohl sie zwei Ausbildungen hat und erwerbstätig ist, kommt die kleine Familie kaum über die Runden. Auch die Gesundheit der beiden leidet darunter. Die Teuerung bringt zusätzliche Hürden im Alltag.**

Text: Sara Bagladi Bilder: Zoe Tempest

**D**as Einkommen ist niedrig, das Armutsrisiko hoch: Klara F. (52) ist vor neun Jahren unerwartet schwanger geworden und alleinerziehend geblieben. Mit einem Studium in der Tasche arbeitet sie heute als Haushaltshilfe und ist von der Sozialhilfe abhängig. Sie hatte die letzten Jahre grosse Mühe, sich über Wasser zu halten – die Teuerung macht ihr das Leben nicht leichter. Sie beisst auf die Zähne und versucht, sich den Schmerz nicht anmerken zu lassen, wenn sie wie jeden Morgen ihre Kund\*innen der Spitex zu Hause besucht. Flink wuselt sie mit dem Staubsauger durch die Wohnung, räumt den Geschirrspüler aus und schleppt Einkaufstaschen. «Ich hatte kürzlich wegen meiner Arthrose eine Entzündung im Arm, die ihn fast lahmlegte – ich ging trotzdem zur Arbeit. Mein grösstes Problem ist nämlich nicht meine eigene Gesundheit, sondern die Kinderbetreuung ohne soziales Netz.» Nach zwei Stunden schwingt sie sich auf das Velo und eilt kreuz und quer durch Basel zum nächsten Haushalt. Sie tritt fest in die Pedale, der frische Frühlingwind weht durch ihre langen Haare. Egal, ob es bergauf oder bergab geht – sie hat nur ein Ziel vor Augen: Ihre kleine Familie vor der Armut zu bewahren.

## **Alleinerziehende sind viermal häufiger von Armut betroffen**

Klara ist kein Einzelfall. Obwohl viele Alleinerziehende einer Erwerbstätigkeit nachgehen, leben sie unter der Armutsgrenze. «Einelternfamilien sind Familien

wie andere auch und sie haben ähnliche Herausforderungen zu bewältigen wie die übrigen Familienhaushalte mit Kindern. Doch strukturelle Probleme treffen sie ungleich stärker, was die hohe Armutsquote erklärt», heisst es in einer Studie\*\* der Universität Bern im Auftrag von Caritas Schweiz. Alleinerziehende seien mit einer Armutsquote von 16,5 Prozent ungefähr viermal stärker von Armut betroffen als Zweielternfamili-

**«Die Teuerung spüre ich momentan vor allem bei den Lebensmitteln.»**

lien mit zwei Kindern. Davon wohnen etwa 86 Prozent der Kinder bei der Mutter. Es ist für viele eine Belastung, die Verantwortung für alles allein zu tragen und sich einzugestehen, Hilfe anzunehmen. Menschen an der Armutsgrenze trifft die Teuerung besonders hart. «Die Teuerung spüre ich momentan vor allem bei den Lebensmitteln. Ebenso ist mir der Energiezuschlag im Schwimmbad aufgefallen», sagt Klara zum Thema.

## **Caritas lässt Menschen an der Armutsgrenze nicht allein**

Klara weiss sich zu helfen: Vergünstigte Lebensmittel holt sie im Caritas-Markt, der für Menschen mit knappem Budget ein gesundes und günstiges Angebot



Aktuell begeistert Luis sich für Pokemon-Karten. Die Momente mit dem Sohn lassen Klara strahlen.

bereitstellt. Sie besitzt zudem die KulturLegi von Caritas, um günstiger an kulturellen Veranstaltungen teilzunehmen – meistens fehlt aber die Zeit oder die Kinderbetreuung dafür. Luis war drei Jahre lang Teil des Patenschaftsprojekts «mit mir». Regelmässig unternahm sein freiwilliger Pate Ausflüge mit ihm. Sie besuchten einen Klettergarten, spielten Lego oder Croquet im Park. Sein Pate suchte nach seiner Pensionierung eine sinnvolle Beschäftigung. «Meine Idee war, meinem Sohn eine männliche Bezugsperson zu geben und ich bin froh um die Entlastung», sagt Klara. Der Kontakt zum Paten besteht bis heute, auch wenn die Patenschaft von offizieller Seite beendet ist. Der nächste Besuch ist bereits geplant. Barbara Hellmüller, Leitung «mit mir»-Patenschaften bei Caritas beider Basel, erzählt: «Ich erlebe Klara F. als unkomplizierte und empathische Frau, die immer offen und dankbar für unsere Angebote ist.»

## «Anfangs war es schwer für mich, Hilfe anzunehmen.»

### «Ich versuche einfach zu überleben»

Klara ist ein Mensch, der gerne hilft: «Es gibt ja Gebende und Nehmende, ich war schon immer eher die Gebende.» Sie machte in jungen Jahren eine Ausbildung zur medizinischen Praxisassistentin in der Radiologie

## «Man wird eben schneller krank, wenn man arm ist oder Stress hat.»

in Deutschland. Später holte sie die Matura nach und studierte Sozialpädagogik. Viele Jahre arbeitete sie in sozialen Einrichtungen wie in einem Kinderheim, in der Familienbegleitung und bei der Jugendförderung. Nachdem sie nach einer gutartigen Tumorerkrankung wieder auf den Beinen war, wagte sie einen Neustart in der Schweiz. Hier fand sie eine Stelle bei der Sozialhilfe. Sie machte Erstberechnungen von Bedürftigen und entschied, wer Sozialhilfe erhält und wer nicht. Heute steht die Sozialarbeiterin auf der anderen Seite: Ihre Nachfolgerin berechnet nun, ob und wie viel Sozialhilfe Klara erhält.

«Anfangs war es schwer für mich, Hilfe anzunehmen und mich überhaupt zu outen, dass ich auf Unterstützung angewiesen bin. Es nagte an mir, wenn ich alles abwog: Ich habe zwei Ausbildungen, studiert, immer viel gearbeitet und nun bin ich auf finanzielle Hilfe angewiesen.» Heute akzeptiert sie ihre Situation: «Ich weiss, es kann jeden und jede treffen. Ich versuche einfach zu überleben.»

## «Mit zunehmendem Alter wird es schwieriger, eine Stelle zu finden.»

Mit ihrem Sohn lebt sie heute in einer kleinen Wohnung in einem Block in Kleinbasel. Das Wohnzimmer ist liebevoll und bunt eingerichtet, an den Wänden hängen Fotos von Luis, daneben stehen die Familienregeln. Dazu zählen etwa: «Wir teilen unsere Sorgen», «wir hören einander zu» und «wir lachen gemeinsam und viel». Fotos vom Vater sucht man vergebens – einen Vater, der das Kind mitbetreut und mitbezahlt, gibt es nicht. Ihre Familie lebt in Deutschland. So fehlte das soziale Netz, als sie ihren Sohn gebar. «Ich geriet in den Teufelskreis von fehlender Kinderbetreuung, Arbeitslosigkeit und Sozialhilfe», erzählt Klara. «Ich habe mein Kind früh in die Kita gebracht. Mein Sohn ist mein ein und alles. Es war nicht einfach, ihn als Baby abzugeben.» Ihr Sohn war oft krank und sie reduzierte das Pensum. Doch weniger als 70 Prozent war nicht möglich. Um sich um ihren Sohn zu kümmern, löste sie das Arbeitsverhältnis in beidseitigem Einverständnis auf, bezog Arbeitslosentaggelder und suchte eine neue Stelle mit mehr Flexibilität.

### «Dann bekam ich Krebs»

Es folgten schwierige Jahre. «Dann bekam ich Krebs. Momentan bin ich zum Glück geheilt. Doch währenddessen fragte ich mich, was denn mit meinem Sohn passieren würde, wenn ich nicht mehr hier wäre.» Auch Luis spürt die Existenzängste der Mutter: «Ich bekomme schon mit, dass wir nicht für alles Geld haben und Sozialhilfe beziehen», sagt er. Auch er leidet unter gesundheitlichen Problemen. «Man wird eben schneller krank, wenn man arm ist oder Stress hat. An allen Ecken gibt es Termine und Kosten, für die uns die Ressourcen fehlen», sagt die Mutter. Die Stellensuche gestaltet sich schwierig: Auch kurz vor der Bestrahlung nahm sie noch Vorstellungsgespräche wahr. «Als die Arbeitgeber vom Krebs hörten, kam es nicht zu einer Anstellung. Auch mit zunehmendem Alter wurde es immer schwieriger, eine Stelle zu finden.» Ausserdem bringt sie das Migrationsamt in Bedrängnis: Ihre Aufenthaltsbewilligung läuft bald ab und es ist ungewiss, ob sie in der Schweiz bleiben dürfen. Ein Lichtblick: Luis wird bald zehn und kann somit auch mal

für kurze Zeit allein daheimbleiben. Klara wird weiterhin alles geben, um die Herausforderungen, vor die sie das Leben stellt, zu meistern: «Ich wünsche mir mehr Anerkennung für Alleinerziehende und familienge-

## «Ich möchte der Gesellschaft etwas zurückgeben.»

rechte Arbeitgeber\*innen. Ich würde gerne eine Stelle als Sozialarbeiterin finden und so viel verdienen, dass ich unabhängig bin. Ich möchte der Gesellschaft etwas zurückgeben.»

- \* Namen wurden von der Redaktion geändert
- \*\* Universität Bern, Interdisziplinäres Zentrum für Geschlechterforschung (2015): Alleinerziehende und Armut in der Schweiz



Rechnen und planen kann sie gut. Trotzdem ist das Budget der Alleinerziehenden jeden Monat knapp.

# Warum die Teuerung tiefe Einkommen besonders trifft

Seit gut einem Jahr ist das Leben in der Schweiz teurer. Das spüren vor allem ärmere Haushalte: Die gestiegenen Energie- und Nahrungsmittelpreise sowie die höheren Krankenkassenprämien belasten sie besonders stark, weil sie einen grossen Teil ihres Budgets für Wohnen, Essen und Gesundheit ausgeben müssen.

Text: Aline Masé, Fachstelle Sozialpolitik, Caritas Schweiz Illustration: Isabelle Bühler

**T**euerung oder Inflation bedeutet einfach gesagt: Die Preise für Produkte steigen und das Geld verliert damit an Wert. In der Schweiz wird die Teuerung am Landesindex für Konsumentenpreise (LIK) gemessen. Für dessen Berechnung werden jeden Monat 100 000 Preise von typischen Konsumgütern erhoben. Je nachdem, wie gross ihr Anteil an den durchschnittlichen Haushaltsausgaben ist, erhalten einzelne Warengruppen mehr oder weniger Gewicht. Wenn Nahrungsmittel teurer werden, hat das eine grössere Auswirkung auf die Teuerung, als wenn Kleider teurer werden, weil ein Haushalt im Schnitt mehr Geld für die Ernährung ausgibt.

Die Teuerung in der Schweiz lag 2022 bei 2,8 Prozent gegenüber dem Vorjahr 2021. Haupttreiber sind die steigenden Energie- und Treibstoffpreise infolge des Krieges gegen die Ukraine sowie anhaltende Lieferkettenprobleme wegen der globalen COVID-19-Pandemie. Die hohen Energiepreise werden 2023 für viele Haushalte zu einer grossen Belastung. Weil die Preise für Heizöl und Gas im vergangenen Jahr stark gestiegen sind, drohen hohe Nebenkostenabrechnungen für das Jahr 2022 – zusätzlich zu den steigenden Strompreisen (durchschnittlich +27 Prozent). Zudem sind auch die Preise für Grundnahrungsmittel wie Teigwaren oder Speiseöl deutlich gestiegen. Für Haushalte mit tiefen Einkommen fallen diese stark ins Gewicht.



Preismonster

### Haushalte mit tiefen Einkommen sind besonders betroffen

Der LIK geht von einem durchschnittlichen Haushalt aus. Wofür ein Haushalt anteilmässig wie viel Geld ausgibt, hängt aber stark mit dem Einkommen zusammen. Haushalte mit tiefen Einkommen geben fast ihr ganzes Geld für Konsumgüter aus, solche mit hohen Einkommen nicht einmal die Hälfte. Auch die Belastung durch einzelne Ausgabenposten unterscheidet sich stark: Während die ärmsten Haushalte im Schnitt über ein Drittel ihres Bruttoeinkommens für Wohnen und Energie aufwenden, sind es bei einem durchschnittlichen Haushalt lediglich 15 Prozent. Auch für Nahrungsmittel geben ärmere Haushalte proportional doppelt so viel aus wie der Durchschnittshaushalt. Steigende Preise für Energie und Nahrungsmittel belasten das Budget von ärmeren Haushalten also viel stärker als jenes von bessergestellten.

Zudem misst der LIK nur die Preise von Konsumgütern. Einige wichtige Budgetposten fehlen darin: Steuern, Versicherungsbeiträge, Gebühren und – ganz entscheidend – Krankenkassenprämien. Diese steigen 2023 aber im Durchschnitt ebenfalls um 6,6 Prozent. Und auch diese Kostensteigerung trifft Haushalte mit tiefen Einkommen besonders stark. Sie geben im Schnitt mit fast 15 Prozent des Bruttoeinkommens anteilmässig etwa doppelt so viel für die Prämien aus wie ein Durchschnittshaushalt.

Wer nur auf den Landesindex für Konsumentenpreise schaut, unterschätzt stark, was die Teuerung für ärmere Haushalte bedeutet.

#### Konsumausgaben von Haushalten der untersten 20 Einkommensprozent im Vergleich zum Durchschnitt

Budgetposten	Unterstes Einkommensfünftel (in Prozent des Bruttoeinkommens)	alle Haushalte (in Prozent des Bruttoeinkommens)
<b>Konsumausgaben total</b>	<b>90</b>	<b>53,9</b>
<b>Nahrungsmittel und alkoholfreie Getränke</b>	13,1	6,6
Alkoholische Getränke und Tabakwaren	2,1	1,1
Gast- und Beherbergungsstätten	6,9	5,8
Kleidung und Schuhe	2,5	2,1
<b>Wohnen und Energie</b>	<b>33,7</b>	<b>15,2</b>
Wohnungseinrichtung, Haushaltsführung	3	2,3
Gesundheitsausgaben (ohne Prämien)	5,4	2,6
Verkehr	8,8	7,5
Nachrichtenübermittlung (Internet, Telefon usw.)	3,6	1,9
Unterhaltung, Erholung, Kultur	7,2	5,6
Anderes	3,9	3,2

Quelle: BFS, Haushaltsbudgeterhebung 2015-2017

### Kommentar

## Drei-Punkte-Plan gegen die gestiegenen Lebenskosten

Es ist eine Krise mit Ankündigung: Die allgemeine Teuerung, explodierende Krankenkassenprämien und massiv höhere Energiepreise treffen Haushalte mit tiefem Einkommen besonders hart. Gerade Familien stehen vor schwierigen Entscheidungen: Sparen sie beim Essen noch mehr als sonst, oder müssen die Kinder auf das Mitmachen im Sportverein verzichten?

Caritas hat seit Sommer 2022 auf das Problem hingewiesen und sich für wirksame Massnahmen starkgemacht. Doch aus dem Bundeshaus weht ein kalter Wind. Der Bundesrat sieht keinen Handlungsbedarf, um die Betroffenen angesichts der hohen Energiepreise zu entlasten. Der Ständerat blockiert jegliche zusätzliche individuelle Prämienverbilligung durch den Bund.

Bisher sind in diesem Winter trotz angekündigter Energiekrise keine Lichter ausgegangen. Daraus aber zu folgern, dass auch die sozialen Notlagen milder ausfallen, wäre ein Fehlschluss. Mit dem Jahreswechsel wurden viele Kostensteigerungen erst wirksam. Für Menschen an der Armutsgrenze wird es immer enger.

Caritas hat einen Drei-Punkte-Plan formuliert:

- Krankenkassenprämien müssen durch Bund und alle Kantone stärker verbilligt werden
- für AHV, IV, Ergänzungsleistungen, Sozialhilfe sowie für Haushalte mit einem tiefen Einkommen braucht es einen vollen Teuerungsausgleich
- für Menschen, die akut in Not geraten, braucht es Überbrückungshilfen

Es ist angesichts dieser vorhersehbaren Notlage notwendig, hinzuschauen und zu handeln. Die Zeit drängt.

**Andreas Lustenberger, Leiter Bereich Grundlagen und Politik, Caritas Schweiz**

# SPAR- POTENTIALE ÜBERPRÜFEN



Bild: zvg

**Alexander Rathke** ist Leitender wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Konjunkturforschungsstelle der ETH Zürich. Er ist massgeblich beteiligt an der vierteljährlichen Konjunkturprognose. Dabei ist er auch für die Preisentwicklung zuständig.

## Ein Interview mit Dr. Alexander Rathke, Senior Researcher der Konjunkturforschungsstelle (KOF) an der ETH Zürich.

Interview: Christine Gerstner

### Sie erforschen die Geldpolitik und die Preisentwicklung. Welche Erkenntnisse haben Sie zuletzt überrascht?

Die Preise sind in den letzten beiden Jahren nach langer Zeit der Stagnation wieder deutlich angestiegen. Eigentlich dachten wir Ökonomen, wir bleiben für eine längere Zeit in einer Welt mit tiefer Inflation und niedrigen Zinsen. Einige Entwicklungen waren zu erwarten, z. B. dass die Preise für Waren, die durch COVID von den Problemen der internationalen Lieferketten betroffen waren und deren Nachfrage sehr hoch waren, gestiegen sind. Dass durch den Ukrainekrieg die Energiepreise steigen, konnte man nicht vorhersehen, ist aber folgerichtig.

Was wir nicht erwartet haben, war, dass sich die Arbeitsmärkte in der Schweiz und auch international trotz der Energiekrise so gut entwickelt haben. Die Zahl der offenen Stellen befindet sich überall auf ungeahnt hohen Niveaus und die Arbeitslosenquoten sind historisch tief.

### Wie gehen Menschen mit niedrigem Haushaltseinkommen mit Inflation um?

Sie geben einen grösseren Teil ihres Einkommens für lebensnotwendige Dinge wie Lebensmittel, Heizung und Miete aus. Sie haben wenig Möglichkeiten, ihre Ausgaben zu senken. Wenn die Preise steigen, können Haushalte mit mittlerem Einkommen darauf reagieren, indem sie billigere Waren konsumieren, z. B. weniger Markenprodukte kaufen. Haushalte mit geringem Einkommen haben nicht die gleiche Flexibilität; in vielen Fällen konsumieren sie bereits die billigsten Produkte. Zudem haben viele einkommensschwache Haushalte nicht die gleichen Ersparnisse, um einen Zeitraum mit hoher Inflation zu überbrücken.

### Haben Sie einen generellen Ratschlag, wie man mit Teuerung umgehen sollte?

Wenn wir Volkswirt\*innen von Inflation sprechen, dann meinen wir nicht den Anstieg der Preise von einzelnen Gütern, sondern von einem durchschnittlichen Warenkorb von Gütern. Das heisst aber nicht, dass alle Güter gleich viel teurer werden. Zum Teil verschieben sich relative Preise. Eine Möglichkeit ist, bei vielen Gütern auf solche auszuweichen, die relativ günstiger werden. Zum anderen sollte man regelmässig seine Fixkosten im Hinblick auf Sparpotentiale überprüfen, z. B. Abonnements von Internet-, Streaming- und Mobilfunkdiensten.

### Können Sie eine Prognose wagen, wie sich die Preisentwicklung in der Schweiz entwickeln wird?

Nach unseren Umfragen gibt es immer noch einen ungewöhnlich hohen Anteil an Firmen, welche planen, die Preise zu erhöhen. Wir gehen aber davon aus, dass die Preise dieses Jahr weniger stark ansteigen werden als im letzten Jahr. Die Preise für Waren, die von der COVID-Pandemie betroffen waren, normalisieren sich wieder und auch die Energiepreise an den Märkten sind wieder gefallen. Einige Effekte werden wir aber erst dieses Jahr bemerken, z. B. den Anstieg der Elektrizitätspreise und Nebenerhöhungen.

### Was könnte zu einer Verbesserung der Rahmenbedingungen in der Gesellschaft beitragen?

Eine Entlastung der unteren Einkommen durch Krankenkassen-Prämienverbilligungen und eine Subvention von Kinderbetreuung sehe ich als effiziente Massnahmen.

### Wie nehmen Sie Caritas in dem Zusammenhang wahr?

Für tiefe Einkommen ist besonders schlimm, wenn die Kosten für die Grundbedürfnisse steigen, also Lebensmittel, Kleidung und Wohnen. Hier hilft das Angebot der Caritas.

# «Freiwilligenarbeit ist eine Energiequelle»

Ihre Faszination für Sprachen begleitet Laura schon seit der Schulzeit. Als freiwillige Leiterin des Sprach-Café in Wohlen (AG) unterstützt sie heute Fremdsprachige beim Deutsch und Schweizerdeutsch lernen.

Text: Claudia Blaser Bild: zvg

«Ich weiss, was es heisst, in einem Land zu leben, in dessen Sprache man sich nicht richtig ausdrücken kann. Ich habe selbst länger im Ausland gelebt und mehrere Fremdsprachen gelernt. Anfangs ist es schwierig, es braucht Überwindung, in einer fremden Sprache zu sprechen. Die Idee hinter dem Sprach-Café des Caritas-Secondhand-Ladens in Wohlen hat mir deshalb sofort zugesagt. Wir bieten Fremdsprachigen damit einen gemütlichen Treffpunkt und unterstützen sie in ungezwungener Atmosphäre beim Deutsch und Schweizerdeutsch sprechen.

Unser primäres Ziel ist es, die Teilnehmenden bei der Integration zu unterstützen. Der erste Schritt dafür ist die Alltagsbewältigung. Als eine von drei Leiterinnen führe ich die Teilnehmenden auf spielerische Weise in Alltagsthemen ein und erkläre ihnen beispielsweise typische Schweizer Wörter und Redewendungen. Wenn mir Teilnehmende später stolz erzählen, wie sie das Gelernte erfolgreich im Alltag angewendet haben, ist das für mich die schönste Bestätigung. Dann bin ich selbst auch ein wenig stolz, weil ich dazu beitragen konnte, dass sie ein positives Erlebnis hatten.

Ich sage immer: «Wer anderen hilft, hilft auch sich selbst.» Man gibt zwar ein Stück von sich, aber es kommt so viel mehr zurück. Ich gehe nach dem Sprach-Café jeweils richtig energiegeladener nach Hause. Für mich ist Freiwilligenarbeit eine Energiequelle und ein wertvoller Ausgleich zum Berufsalltag. Ich erlebe das Engagement nicht als zusätzliche Belastung, son-

dern als Bereicherung. Menschen, die sich überlegen, sich freiwillig zu engagieren, würde ich deshalb raten: Nicht lange darüber nachdenken, sondern einfach machen. Egal in welchem Rahmen. Es muss nicht unbedingt ein grosses Projekt sein. Man kann auch im Kleinen helfen und viel bewirken.»



## STECKBRIEF

Laura (31) hat Betriebswirtschaft studiert und arbeitete mehrere Jahre als Produktmanagerin. Vor Kurzem ist sie von einer längeren Reise zurückgekehrt und wohnt nun in der Region Wohlen. In ihrer Freizeit betätigt sie sich gerne kreativ. Sie malt, praktiziert Yoga und stellt gemeinsam mit ihrer Mutter Naturseife her.

## Möchten Sie sich freiwillig engagieren?

Als Freiwillige\*r lernen Sie Menschen mit anderen Perspektiven kennen. Sie helfen im Alltag und machen Integration möglich. Sie können Ihr Wissen weitergeben und Neues dazulernen. Freiwilligen-Angebote unterscheiden sich von Region zu Region. Bitte informieren Sie sich auf der Website der Caritas-Organisation in Ihrer Region.

# 20 Jahre sinnvolle Freizeit

Das Projekt «mit mir» feiert Geburtstag: Seit 20 Jahren engagieren sich freiwillige Pat\*innen für Kinder aus Familien mit knappem Budget und beschränkten zeitlichen Ressourcen. Wir haben Projektleiterin Andrea Früh zum Gespräch getroffen.

Interview: Andreas Reinhart Bild: Thomas Plain

**B**ei vielen armutsbetroffenen Familien ist nicht nur das Geld knapp, sondern auch die Zeit. Deshalb sind nicht nur kostspielige Abenteuer unmöglich, auch simple Spielplatzbesuche sind ein seltenes Vergnügen. Um Familien mit schmalem Budget zu entlasten und den Kindern eine bereichernde Freizeit zu ermöglichen, wurde vor 20 Jahren das Projekt «mit mir» lanciert – seitdem wurden 630 Tan-

dems vermittelt. Bei Caritas Zürich ist Andrea Früh für «mit mir» verantwortlich.

## **Andrea Früh – was unternehmen «mit mir»-Tandems am liebsten?**

Ganz normale Dinge, häufig auch Dinge, die nichts kosten ausser ein bisschen Zeit. Spielplatzbesuche stehen weit oben auf der Beliebtheitsskala. Oder Fussball spielen,

Velo fahren, backen, in die Badi gehen. Natürlich geht man zwischendurch auch mal ins Technorama oder in den Zoo, aber am wichtigsten ist für die Kinder, dass jemand Zeit mit ihnen verbringt und sich auf sie einlässt.

## **Mit welcher Motivation kommen Freiwillige auf dich zu?**

Viele Freiwillige möchten gerne mehr tun als Geld spenden und kon-



«mit mir» bringt seit 20 Jahren freiwillige Pat\*innen mit Kindern aus belasteten Verhältnissen zusammen.



Andrea Früh, Leiterin «mit mir»

kret sehen, was ihre Unterstützung bewirkt. Viele haben selbst als Kinder erlebt, dass es schwierig sein kann, wenn das Geld knapp ist. Dann gibt es auch die Freiwilligen, die dankbar sind, dass sie eine unbeschwerte Kindheit hatten und etwas zurückgeben möchten.

### Was ist das Schönste an deiner Aufgabe?

Mitzuerleben, wie ein guter Match zwischen Patenkind und Pat\*in zu einer echten Beziehung, zu einer Freundschaft wird. Weil die Begleitung drei Jahre dauert, ist es immer wieder erstaunlich, zu sehen, wie manche Kinder Entwicklungssprünge machen. Auch die Freiwilligen wachsen mit. Einige Kinder sind zu Beginn unsicher oder schüchtern. Wenn sich dann eine Beziehung entwickelt hat, blühen sie auf. Es gibt viele kleine Erfolge in einer Tandembeziehung. Etwa wenn ein Kind zum ersten Mal den Schulweg alleine schafft. Oder plötzlich Freunde findet. Manche Pat\*innen haben bis ins Erwachsenenalter mit ihren Patenkindern Kontakt, begleiten sie während der Lehrstellensuche und beim Berufseinstieg.

### Gibt es auch Herausforderungen?

Herausfordernd sind die Anmeldungen von sehr belasteten Familien. Oft sehe ich, dass es für das Kind toll wäre, eine zuverlässige und ihm zugewandte Bezugsperson zu haben, weil es in sehr angespann-

ten Umständen lebt. Aber auch die Eltern müssen genug Ressourcen mitbringen, damit eine Patenschaft klappt. Sie müssen eine andere Beziehung zulassen können. Gerade bei stark psychisch belasteten Eltern oder traumatisierten Eltern ist dies manchmal nicht möglich. Auch bei Kindern mit speziellen Bedürfnissen wie bei einer Autismus-Spektrums-Diagnose oder einem ausgeprägten ADHS sind Treffen mit Freiwilligen ohne spezielle Ausbildung nicht das Richtige.

### Was kann «mit mir», und was kann es nicht?

«mit mir» ist ein Zusammenbringen von drei Parteien: Kind, Freiwilligen und Eltern der Kinder. Es ist wie in jeder Beziehung: Manchmal klappt es, manchmal nicht. Es hängt von allen drei Seiten ab. Ich kann nicht garantieren, dass man genau die Person erhält, die gewünscht wird. Aber es ist eine Chance. «mit mir» ist in erster Linie ein Angebot für die Kinder, nicht für die Eltern. Oft wünschen sich die Eltern jemanden, der nicht nur für die Kinder, sondern auch für sie da ist. Das ist aber nicht der Auftrag.

«mit mir» soll den Kindern neue Welten eröffnen und Möglichkeiten bieten, in einem geschützten Rahmen die eigenen Fähigkeiten zu testen und allenfalls neue Fähigkeiten zu entdecken. Eine Patenschaft kann aber weder ein Kind retten noch die strukturellen Bedingungen

verändern. Es braucht viel Geduld und manchmal auch Frustrationstoleranz beim Miterleben, wie jedes Kind und jede Familie ihren eigenen Weg geht – der manchmal nicht der Weg ist, den sich die Freiwilligen wünschen würden.

### Kinder und fremde Erwachsene sind unter Umständen eine heikle Kombination. Was tut Caritas Zürich für den Kinderschutz?

Der Kinderschutz steht bei «mit mir» an erster Stelle, weshalb wir diesbezüglich ein strenges Regime führen: Interessierte Freiwillige müssen einen Sonderprivatauszug und einen Privatauszug aus dem Strafregister einreichen, wir machen einen Hausbesuch und führen ein persönliches Erstgespräch. Zusätzlich müssen die Freiwilligen eine obligatorische Weiterbildung im Bereich Kinderschutz absolvieren, und wir begleiten sie über drei Jahre mit regelmässigen Treffen.

### Momentan scheinen viele Hilfswerke Mühe zu haben, genug Freiwillige zu finden. Wie sieht die Situation bei «mit mir» aus?

Aktuell gibt es viele Leute, die vor längerfristigen verbindlichen Aktivitäten zurückschrecken. Oder sie haben das Gefühl, den Anforderungen nicht gewachsen zu sein oder wollen sich nicht für mehrere Jahre binden. Das ist schade, denn bei «mit mir» machen alle – die Pat\*innen und die Kinder – Erfahrungen fürs Leben.

#### Sie möchten Pat\*in werden?

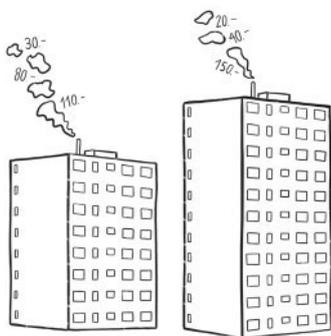
Wir suchen Freiwillige, die in der Stadt Zürich und den umliegenden Gemeinden, in der Stadt Winterthur oder im Zürcher Oberland wohnen und sich für eine Patenschaft interessieren. Sie haben Erfahrung im Umgang mit Kindern zwischen drei und zwölf und zeitliche Kapazität, ein- bis zweimal im Monat einen halben oder ganzen Tag mit einem Kind zu verbringen? Wenn Sie eine engagierte Persönlichkeit sind, Kinder mögen und auch genügend Zeit und Geduld sowie die Fähigkeit haben, ein Kind zu betreuen, dann freuen wir uns auf Ihre Kontaktaufnahme. Melden Sie sich bei Caritas Zürich, Andrea Früh, Tel. 044 366 68 76, [a.frueh@caritas-zuerich.ch](mailto:a.frueh@caritas-zuerich.ch)

Alle Infos auch unter [www.caritas-zuerich.ch/mitmir](http://www.caritas-zuerich.ch/mitmir)

# In Zahlen: Das Leben wird teurer - vor allem für Armutsbetroffene

Ärmere Haushalte spüren die steigenden Lebenskosten besonders, da sie einen grossen Teil ihres Einkommens für den Konsum ausgeben. Wer vorher schon jeden Rappen umdrehen musste, hat jetzt gar keinen finanziellen Spielraum mehr. Noch mehr Menschen müssen fürchten, in die Armut abzurutschen.

Text: Isabelle Lüthi Illustrationen: Anika Rosen



**Die Mieten und Energiepreise steigen. Für ärmere Haushalte ist das ein Problem:**

Sie geben nämlich einen grossen Teil ihres Bruttoeinkommens, also rund 33 Prozent, für Wohnen

und Energie aus (der durchschnittliche Schweizer Haushalt gibt dafür hingegen nur 15 Prozent aus).

Somit spüren sie Kostensteigerungen sehr deutlich.

Quelle: HABE 2015–2017

DA MACHT DIE ZUKUNFT ANGST.

BAUCHWEH WEGEN DER KRANKENKASSE...

**Die Krankenkasse wird immer teurer. Die durchschnittliche Prämie hat sich seit 1997 mehr als verdoppelt.** 2023

bezahlen Prämienzahler\*innen im Durchschnitt 6,6 Prozent mehr Prämien als im Vorjahr. Auch diese Kosten belasten ärmere Haushalte stark. Deshalb sind sie auf einen Ausbau der Prämienverbilligung angewiesen.

Quelle: BFS 2022, EDI 2022



IMMERHIN EIN ANFANG!

**Personen in der Sozialhilfe bekommen seit Anfang 2023 dank dem Teuerungsausgleich etwas mehr Geld für den Lebensunterhalt:** monatlich

neu 1031 Franken statt nur 1006. Diese Angleichung an die Teuerung war ein wichtiger Schritt. Trotzdem ist die finanzielle Unterstützung zu tief und in vielen Fällen nicht existenzsichernd.

Quelle: SKOS 2022 (Stand Januar 2023)

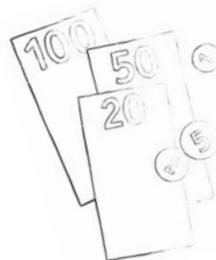


SO VIEL ZUR REICHEN SCHWEIZ

**78 000 Personen werden schweizweit zusätzlich in die Armut getrieben, weil die Inflation ein Loch in ihr Portemonnaie reisst.**

Davon gehen Schätzungen der Berner Fachhochschule aus. Damit wären schweizweit über 800 000 Personen arm.

Quelle: Berner Fachhochschule 2022



# Energiekostenzulage für Menschen mit knappem Budget

**Menschen mit knappem Budget haben kaum Möglichkeiten zum Sparen. Was also tun, wenn plötzlich die Preise steigen, wie das etwa bei der Energie der Fall ist? Die Stadt Zürich will einkommensschwache Haushalte mit einer Energiekostenzulage unterstützen.**

Text: Isabelle Lüthi, Grundlagen Caritas Zürich



Fokus Zürich

Gas, Heizöl und Holz werden schon seit längerem teurer. Der Krieg in der Ukraine hat die Preise nochmals in die Höhe getrieben. Diese Kosten belasten Haushalte mit knappem Budget besonders, denn sie müssen einen grossen Teil ihres Einkommens für Energie ausgeben (siehe Seite 16). Nun fürchten sich viele dieser Menschen vor horrenden Nebenkostenabrechnungen.

Die Stadt Zürich reagiert und will Haushalte mit geringen finanziellen Mitteln mit einer Energiekostenzulage unterstützen. Dafür hat der Stadtrat 17 Millionen gesprochen.<sup>1</sup>

Die Energiekostenzulage kann entrichtet werden, wenn sich die Energiekosten um rund einen Drittel erhöht haben – konkret heisst das, die Kosten müssen im aktuellen Jahr mindestens 30 Prozent höher sein als in einer der drei vergangenen Abrechnungsperioden.

Diese Zulage sollen Stadtzürcher\*innen bekommen, wenn sie Anspruch auf die individuelle Prämienverbilligung haben und ihre Energiekosten nicht bereits über die Sozialhilfe oder die Ergänzungsleistungen bezahlt werden. Immerhin rund 80 000 gering verdienende Personen wären somit bezugsberechtigt.

Auch schon kleine Unterstützungsbeiträge können sehr entlastend sein für Haushalte mit knappem Budget. Denn wenn Menschen mit wenig Geld plötzlich höhere Ausgaben bewältigen müssen, greifen sie oft auf ihre knappen Rücklagen zurück. Dieses Geld fehlt dann bei unvorhergesehenen Auslagen wie beispielsweise Arzt- oder Zahnarztbesuchen.

<sup>1</sup> Das Geschäft wird (Stand Februar 2023) noch im Gemeinderat behandelt. Neuigkeiten dazu entnehmen Sie unserer Website.

## AKTUELL

### Mehrsprachige Info-Touren und Veranstaltungen

Um am beruflichen und gesellschaftlichen Leben teilzuhaben, muss man einiges wissen und können. Für Menschen, die nur wenig Deutsch sprechen, ist es oft schwierig, öffentliche Unterstützungs- und Integrationsangebote zu finden. Ab April bietet Caritas Zürich LernLokal wieder verschiedene Informationsveranstaltungen an für Menschen mit schmalen Budget, die in der Stadt Zürich wohnen. Das Angebot ist kostenlos und wird unterstützt durch die Integrationsförderung der Stadt Zürich und das Kantonale Integrationsprogramm.

[www.caritas-zuerich.ch/agenda](http://www.caritas-zuerich.ch/agenda)

### Ein Slogan macht Schule

«Wir helfen Menschen»: So lautet der Slogan von Caritas Zürich. Nun haben sich Masterstudierende der Sozialen Arbeit an der ZHAW vertieft mit dieser Aussage befasst. Eine Aufgabe innerhalb des Moduls «Auftritt und Rhetorik: Souverän überzeugen» war die Kreation eines alternativen Slogans. Gar nicht so einfach, war man sich einig. Und doch sind ein paar ansprechende Varianten entstanden, die wir Ihnen nicht vorenthalten wollen:

*Menschen auffangen – stärken – befähigen*

*Zusammen weiterkommen – weil Armut uns alle betrifft*

*Weil helfen cool ist*

*Caritas Zürich – weil alle dazugehören*

*Miteinbezogen sein*

*Trotz.Arm.Mut.*

*Caritas Zürich hilft. Wirklich.*

Wir danken allen Beteiligten für ihre Denkarbeit – und wer weiss, vielleicht brauchen wir ja wirklich mal einen neuen Slogan.

Übrigens: Caritas Zürich arbeitet immer wieder erfolgreich mit der ZHAW zusammen – so wurden die Mentoringprojekte Copilot und WohnFit von Caritas Zürich durch die ZHAW wissenschaftlich begleitet und evaluiert.

## Caritas Secondhand

# Secondhand-Chic für Kids

Ohne viel Konfetti und Brimborium hat Caritas Zürich im Oktober 2022 an der Birmensdorferstrasse 38 einen Secondhand-Laden für Kinderkleider eröffnet. Tabitha Foster, langjährige Mitarbeiterin, Mutter von zwei Kindern und Secondhand-Fan der ersten Stunde, widmet sich seit Beginn mit Herzblut und Eifer dem neuen Kinderkleider-Laden.

Interview: Françoise Tsoungui Bild: Pit Fischer by Artograph

### Warum braucht es einen Secondhand für Kinderkleider?

Es ist extrem, wie die Preise für Neuware aus natürlichen Materialien in den letzten Jahren buchstäblich explodiert sind. Daher können sich die meisten Eltern für ihre Kinder nicht jede Saison eine neue Garderobe leisten. Da die Kids schnell aus den Kleidern herauswachsen, gibt es sehr viele gut erhaltene Kinderkleider. Diese verkaufen wir qualitativ fast wie neuwertig hier im Laden. Secondhand lohnt sich fürs Portemonnaie, aber auch für den Kleiderkreislauf. Darum: Kauft unbedingt Secondhand-Kinderkleider ein. Schön ist, dass viele Mütter und Väter bewusst unseren Laden besuchen, um mit dem Kauf oder der Weitergabe der Kleider die Umwelt zu schonen.

### Welchen Stellenwert nimmt bei dir im Alltag der nachhaltige Konsum ein?

Bei uns in der Familie ist dies ein grosses Thema, insbesondere wenn es um unser Essverhalten geht, jedoch auch beim Kauf von Kleidern und Möbeln. Für uns als Familie ist es selbstverständlich, den Alltag möglichst umweltschonend zu bestreiten und diese Werte auch meinen Kindern mitzugeben. Bei Spielsachen achten wir auf Holzprodukte und bei Geburtstagsge-

schenken geben wir explizit Geschenkideen ab, um zu vermeiden, als Geschenk beispielsweise Plastikspielzeug zu erhalten.

### Es wird gemunkelt, du seiest ein Secondhand-Kind der ersten Stunde. Wie kommt dies?

Durch meine Mutter bin ich schon sehr früh in die Secondhand-Welt eingetaucht. Caritas Secondhand war für sie schon immer unterstützenswert und wir durften als ganze Familie bei einer der ersten Modeschauen des Secondhand-Ladens im Palais X-TRA in Zürich mitlaufen. Mit meinen damals sechs Jahren war ich super nervös, aber auch super stolz. Zudem war es immer eine spassige Herausforderung, in den Brockenhäusern und Secondhand-Läden die besten Schnäppchen zu finden. Dass ich jetzt Secondhand-Kleider verkaufen kann, macht mich sehr glücklich.

### Nochmals zu den Preisen: Gibt es Preiserhöhungen, die dir besonders zusetzen?

Essen gehen ins Restaurant ist sehr teuer geworden, wir können uns dies als Familie fast nicht mehr leisten. Zwar wird alles teurer, doch die Angestellten verdienen oft nicht mehr. Und auch dass die Krankenkassenprämien von Jahr zu Jahr steigen, ist ein sehr leidiges Thema.

Allgemein verteuert haben sich Lebensmittel, in allen Bereichen. Es ist schleichend, aber man spürt es spätestens an der Kasse, wenn der gleiche Warenkorb wie immer dann plötzlich 20 Franken mehr kostet. Selbst günstige Geschäfte sind nicht mehr so günstig wie auch schon, es ist wirklich traurig.

## KIDS

### Kids-Laden Zürich Aussersihl

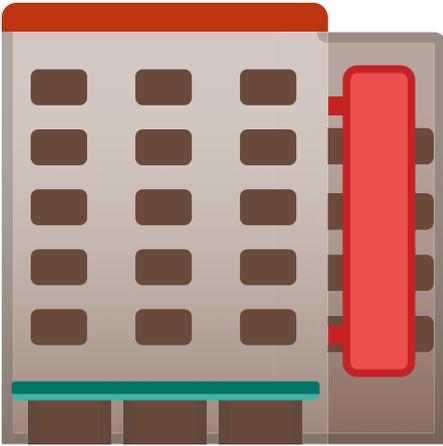
Im kleinen, feinen Geschäft steht der Nachwuchs im Zentrum. Ob fürs Baby oder für den Teenager: Im Wohlfühlambiente finden Buben und Mädchen, was sie brauchen. Gut erhaltene Kleidung, Schuhe, Mützen oder Schals gibt es hier zu günstigen Preisen. Und natürlich kommen auch Spiel und Spass nicht zu kurz mit einem kleinen Angebot an Kinderspielsachen.

Caritas Secondhand  
Birmensdorferstrasse 38  
8004 Zürich

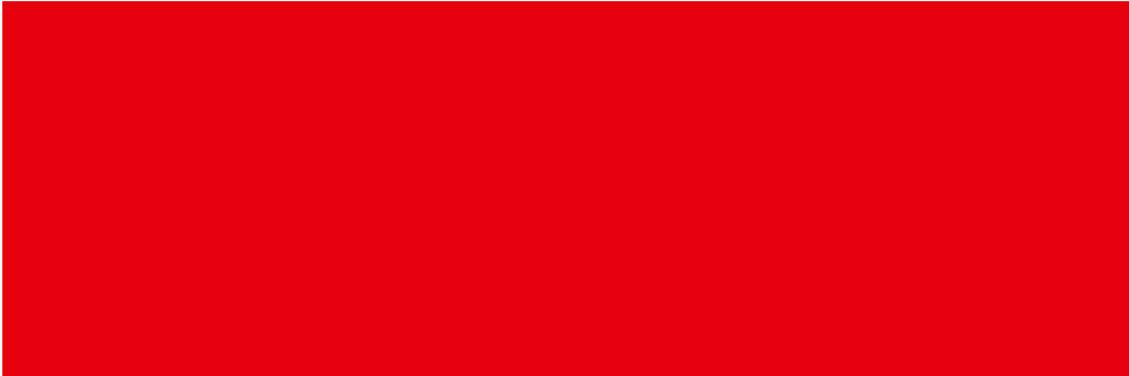
Öffnungszeiten:  
Montag bis Freitag: 13-18.30 Uhr,  
Samstag: 10-17 Uhr  
[www.caritas-secondhand.ch](http://www.caritas-secondhand.ch)

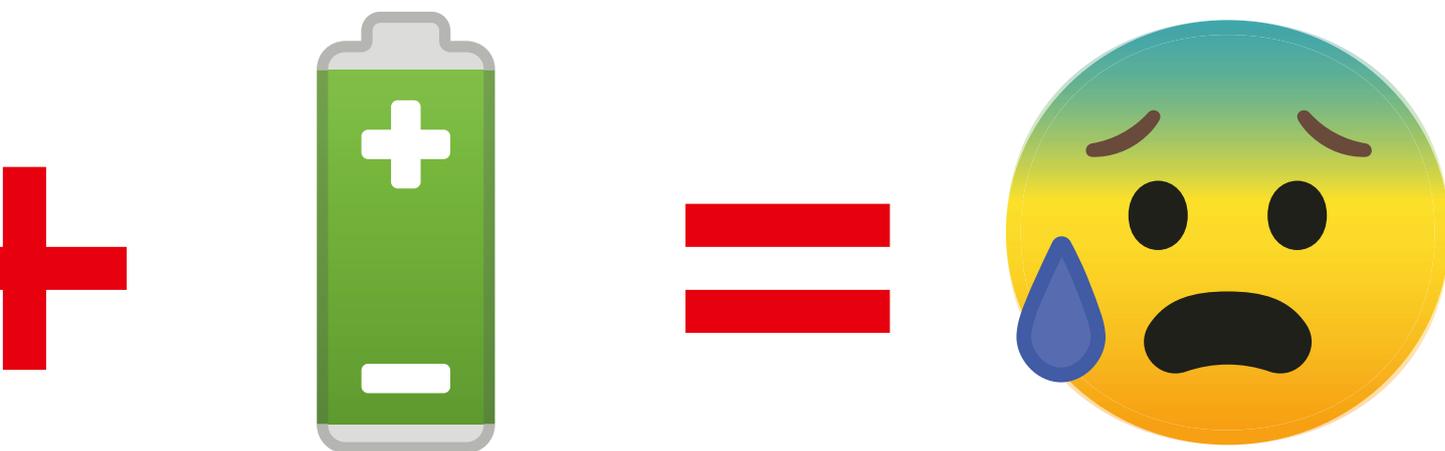


Perfekte Kombination für Tabitha Foster: Secondhand und Mode für Kids



Helfen auch Sie:





Alles wird teurer. Nicht nur die Kosten für Energie, Miete und Krankenkasse steigen unaufhaltsam, auch scheinbar Alltägliches wie Brot und Kaffee ist in den letzten Monaten deutlich teurer geworden. Menschen mit wenig Geld sind von dieser Entwicklung besonders betroffen, weil ihre Fixkosten im Verhältnis viel höher sind. Unsere Unterstützungsangebote lindern die Not.

Wir helfen Menschen.



# 10 Jahre Fachstelle Pfarreiliche Soziale Arbeit

Als zentrale Anlaufstelle steht die Fachstelle Pfarreiliche Soziale Arbeit den Pfarreien und Kirchgemeinden in der Stadt und im Kanton Zürich seit zehn Jahren mit Rat und Tat zur Seite. Sie unterstützt die Mitarbeitenden in der Sozialen Arbeit vor Ort und berät gleichzeitig kirchliche Gremien konzeptionell.

Text und Bild: Karin Faes



Nicola Siemon, Sozialarbeiterin bei der katholischen Kirchgemeinde Pfarrei Liebfrauen, im Gespräch mit Harald Podzuweit, Leiter der Fachstelle Pfarreiliche Soziale Arbeit.

In wenigen Worten lässt sich das vielfältige Tätigkeitsgebiet der Fachstelle Pfarreiliche Soziale Arbeit nicht zusammenfassen. Als Orientierung können vier Aufgabenbereiche definiert werden, wie Harald Podzuweit, Leiter der Fachstelle, erklärt: «Zentral sind die Begleitung der Sozialarbeitenden, die Weiter- und Qualitätsentwicklung im Bereich der Sozialen Arbeit, die Vernetzung der Sozialarbeitenden untereinander und mit dem Generalvikariat sowie Lobbyarbeit für soziale Arbeit.»

Auch die Aufgaben der Sozialarbeitenden sind je nach Pfarrei oder Kirchgemeinde ganz unterschiedlich. Nebst Beratungen in Familien-, Finanz- oder weiteren Themen betreuen die Sozialarbeitenden häufig Seniorengruppen, Besuchsdienste oder Freiwillige für Diakonieprojekte. Dabei kann die Fachstelle als Drehscheibe für den Wissenstransfer dienen, Tipps geben oder Vernetzungsprojekte anstossen. Zudem stellt sie eine ganze

Palette an Informationsmaterial zur Verfügung: Vom Einführungskurs über Weiterbildungsseminare bis zu Arbeitshilfen wie Vorlagen für Falldokumentation, Budget- oder Statistikformulare.

## Engagement vor Ort

Wie sich die Pfarreien konkret für Menschen in schwierigen Lebenslagen engagieren, erlebt Harald Podzuweit im Austausch vor Ort mit Sozialarbeitenden und Gemeinde-

leitungen. In den Gesprächen mit den verschiedenen Ansprechpartner\*innen und -stellen werden auch immer wieder kontroverse Auffassungen rund um Aufgaben der pfarreilichen Sozialen Arbeit sichtbar. «In solchen Fällen habe ich eine Art Vermittlerrolle», ergänzt Harald Podzuweit, «so vermittele ich zwischen Funktion und Organisation, aber auch zwischen Theologie und Sozialarbeit. Denn obwohl sich die Aufgaben oft überschneiden und Hand in Hand gehen, braucht es manchmal eine vertiefte Auseinandersetzung in die berufliche Herkunft des anderen, um dessen Arbeit besser zu verstehen.»

Eine weitere Rolle spielt die Fachstelle bei der konkreten Unterstützung für Hilfe suchende Menschen. Aus dem Förderprogramm «Sprungbrett» können beispielsweise Beiträge an Musik- und Sportunterricht für armutsbetroffene Kinder gesprochen werden, um die Familie zu entlasten.

## Fachstelle Pfarreiliche Soziale Arbeit

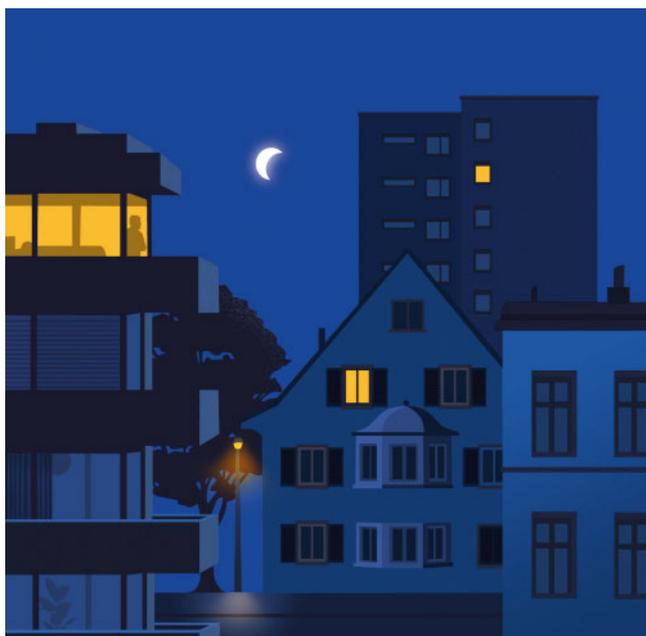
Am 1. Februar 2013 nahm die Fachstelle Pfarreiliche Soziale Arbeit ihre Tätigkeit auf. Damit wurde für die Berufsgruppe der Sozialarbeitenden in den Pfarreien ein professionelles Unterstützungsangebot geschaffen, nachdem der Wunsch nach fachlicher Begleitung immer deutlicher aufgekommen war. Nach Verhandlungen mit Generalvikariat und Synodalrat beschloss die Synode 2012 die Einrichtung und Finanzierung der Fachstelle PFASOZ.

Die Fachstelle ist auch Anlaufstelle für die Pfarreien, welche die konkreten Aufgaben der Sozialarbeitenden definieren. Hier unterstützt die Fachstelle beispielsweise die Ausarbeitung des Stellenprofils, begleitet die Stellenbesetzung oder die Berufseinführung. Eingebunden ist die Fachstelle in die Abteilung Diakonie von Caritas Zürich, geleitet wird sie seit 2020 von Harald Podzuweit. [www.pfasoz.ch](http://www.pfasoz.ch)

# Wir liegen wach

Text: Willi Näf Illustration: Isabelle Bühler

Ich habe einen Freund, der hat letztes Jahr 800 000 Franken Steuern bezahlt. Yep. Mich über eine so hohe Steuererklärung zu ärgern, dieses Vergnügen wird mir zu Lebzeiten nicht mehr beschieden sein. Mein Freund ärgert sich aber auch nicht. Er ist dankbar, dass ihn als Rentner weder die Teuerung noch die Höhe seiner AHV zu kümmern braucht. Würde er so viel Rente beziehen, wie er in seinem Leben Beiträge einbezahlt hat, er müsste wohl 500 Jahre alt werden.



mit ihm tauschen wollen. Der Bauernbub und gelernte Schreiner hat sein Leben lang gekrampft, sein Vermögen hat er mit Erfindungen gemacht. Er hat ein grosses Herz. Sonst wäre er auch nicht mein Freund. Einmal hat er ein KMU gekauft, nur um dessen Besitzer vor dem Konkurs zu retten.

Ich liege auch oft wach. Weil ich längst eine neue Matratze haben müsste. Und weil mir immer irgendetwas einfällt. Ein erfolgreicher Erfinder wäre ich auch gerne, aber ka-

putt krampfen mag ich mich nicht. Meine AHV wird winzig sein und die Pensionskasse meiner Frau muss für uns beide reichen. So werde ich Kolumnen und Bücher schreiben müssen, bis ich tot unter den Schreibtisch falle. Das trifft sich gut, ich wollte in meinem Leben gar nie etwas anderes. Ja, wir Menschen sind Geschichten, vom Leben geschrieben und manchmal gezeichnet.

Ich habe eine Freundin, die an der Ausgabestelle von «Tischlein deck dich» Essen für ihre Familie holt, damit noch etwas Geld übrig bleibt für Krankenkasse und Miete. Bei ihr schlägt die Teuerung heftig ein. Sie liegt nachts oft wach. Steuern bezahlt sie keine, weil sie unter dem Existenzminimum lebt. Sie kriegt von den Behörden Vergünstigungen für Krankenkassenprämien, Schullager, Musikunterricht

usw. Das Geld haben die Behörden von Leuten, welche im Jahr 800 000 Franken Steuern bezahlen. So versucht die Gesellschaft, gewisse Ungerechtigkeiten des Lebens etwas auszugleichen. Mal mit mehr und mal mit weniger Erfolg. Auch mein reicher Freund liegt nachts oft wach. Weil es ihm gesundheitlich miserabel geht. Meine Freundin würde im Leben nie

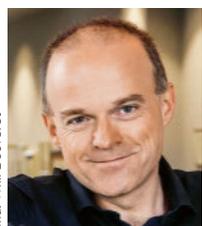


Bild: Willi Bouveret

Willi Näf ist Satiriker. Sein letztes Buch heisst «Seit ich tot bin, kann ich damit leben – geistreiche Rückblicke ins Diesseits»

[www.willinaef.ch](http://www.willinaef.ch)

CARITAS



**\* Mittendrin dank den Angeboten der KulturLegi.**

Bis zu 70 % Rabatt auf Eintritte und Kurse in den Bereichen Kultur, Sport, Bildung und Gesundheit.



**KulturLegi**  
Schweiz

**Schmales Budget,  
volles Programm.**