

# Caritas



Informationsblatt der Caritas Bozen-Brixen für Freiwillige und Pfarrcaritas-Mitarbeitende  
Periodico della Caritas di Bolzano-Bressanone per i volontari e le Caritas parrocchiali

Oktober | ottobre  
2023

## Caritas-Sonntag 10 anni di Sinodo Palliativ-Care Volontariato in youngCaritas



## Liebe Leserinnen und Leser, care lettrici e cari lettori,

es herbstelt und langsam werden die Tage kürzer und die Nächte länger. In den Tälern und Dörfern wird die Ernte eingefahren, in der Hoffnung, dass es ein gutes Jahr war und es wird dafür gedankt: Nicht nur für die Ernte, die unsere Mutter Erde hervorbringt, sondern für alle Früchte aus menschlicher Arbeit, die von Gott kommen und die wir dankbar als Geschenk betrachten. Auch wir als Caritas sagen Danke für die Ernte in diesem Jahr: für die vielen, vielen Menschen im Land, die sich nach dreijähriger Pause wieder bereit erklärt haben, bei der Gebrauchtkleidersammlung tatkräftig mitzuwirken; und für die unzähligen Freiwilligen, die sich immer wieder in den verschiedenen Diensten wie der Hospizbewegung, dem Haus Arché oder der youngCaritas einbringen. Aber nicht nur.

Ci avviciniamo alla fine dell'anno e dire grazie significa anche guardare avanti e continuare il percorso insieme, offrendo e garantendo attività, progetti e momenti di incontro affinché i volontari abbiano una cornice professionale e su misura per poter donare anche in futuro il proprio tempo. Alcuni di questi momenti sono diventati parte integrante del programma annuale: basta pensare alla fiera del volontariato o alla brochure che raccoglie le varie proposte per giovani, scuole e gruppi di youngCaritas. Come sempre infine chiudiamo l'anno con la campagna "La povertà è più vicina di quanto pensi" che mette al centro persone e bisogni, il fulcro del nostro lavoro, ma anche la generosità di tanti che con le loro donazioni e la loro benevolenza continuano a credere nel lavoro della Caritas e delle Caritas parrocchiali. Grazie, giulan, danke di cuore a tutti e buona lettura.

Brigitte Hofmann  
Bereichsleiterin Caritas&Gemeinschaft |  
Responsabile area Caritas&Comunità

# Arm sein im Alter

## Not ist näher als du denkst

**Sie haben ein Leben lang gearbeitet, viel für die Gemeinschaft getan. Eigentlich hätten sie sich einen sorgenfreien Lebensabend verdient. Doch mindestens jede zehnte ältere Person in Südtirol ist armutsgefährdet. Das bedeutet nicht nur ein Leben voller Entbehrungen; viele leiden deshalb auch unter Einsamkeit und Depression.**

**So** wie Emma. Emma ist 80 Jahre alt, verwitwet. Sie geht nie aus Essen, fährt nie in den Urlaub, kauft sich nur ganz selten frische Lebensmittel. Doch was sie am meisten schmerzt, ist, dass sie ihren Enkelkindern nie etwas schenken, ihnen nie ein kleines Taschengeld zustecken kann. Denn über ihre Ausgaben muss sie ganz genau Buch führen. Ihre Rente reicht nämlich nicht mal für die ganz alltäglichen Dinge des Lebens.

**Bis** vor 2 Jahren hat sie sich zu ihrer Hinterbliebenenrente von 780 Euro, mit der sie Miete, Strom, Heizung, Auto (sie wohnt sehr abgelegen), Müll, Wasser, Medikamente und Lebensmittel bezahlen muss, stets etwas mit kleineren Aushilfsarbeiten dazuverdient. Da ist es schon gegangen. Jetzt allerdings spielt ihre Gesundheit nicht mehr mit. Altersrente erhält sie keine, weil die Beitragsjahre dafür nicht ausreichen – ein Schicksal, das sie mit vielen anderen Frauen teilt, die viele Jahre wegen der Kinder kein Arbeitsverhältnis eingegangen sind. Bekäme sie nicht Hilfe von der Caritas, die sie bei unbedingt notwendigen Ausgaben unterstützen, würde sie keine Nacht ruhig schlafen. So zumindest kommt sie einigermaßen über die Runden. Dass ihr Bekanntenkreis über ihre finanzielle Not Bescheid weiß, will sie nicht.

„Gerade, wenn man sich nichts leisten kann, was andere als selbstverständlich erachten, erschwert das die Teilhabe am ‚normalen‘ Leben. Ältere Menschen schämen sich dafür, im Alter arm zu sein; sie fragen deshalb auch selten um Hilfe. Damit andere das nicht mitbekommen, ziehen sie sich immer mehr zurück, leiden an Einsamkeit und oft auch an Depression. Viele haben ihre Partner/Partnerin verloren, leben völlig allein. Dass sich in Südtirol, wie die Statistik belegt, viele ältere Menschen das Leben nehmen, sollte ein deutlicher Weckruf für uns alle sein“, sagt Caritas-Direktorin Beatrix Mairhofer. „Wir tragen hier alle eine

### Inhalt | Contenuto

#### Titelgeschichte | Storia di copertina

Arm sein im Alter .....2-3

#### Pfarrcaritas spezial | Speciale Caritas parrocchiali

Pfarrcaritas Pfalzen stellt sich vor ..... 4

10 anni di Sinodo diocesano..... 5

#### Servizio Hospice | Hospizbewegung

Da sein am Ende des Lebens ..... 6

#### Caritas aktuell | Attualità Caritas

Intervista a Michela Bertin ..... 7

#### youngCaritas

Parliamo di volontariato ..... 8

#### Schaufenster | Vetrina

8° Fiera del volontariato ..... 9

Gemeinsame Suizidprävention..... 9

Offerte formative 2023/2024 ..... 9

Schulprojektwochen mit der Caritas ..... 10

Conversazioni al maschile ..... 10

Agganciare i giovani..... 11

Gebrauchtkleidersammlung..... 11

Freiwilligenbörse ..... 10

WeCaritas ..... 11

Save the date ..... 12



Foto Caritas Diocesi Bolzano-Bressanone

## La povertà è più vicina di quanto pensi

In Alto Adige almeno una persona anziana su 10 è a rischio povertà. Le conseguenze non sono solo una vita fatta di privazioni, ma anche il ritiro sociale e la caduta nella depressione. Quest'anno, la Caritas dedica la propria campagna: "La povertà è più vicina di quanto pensi" proprio alle persone anziane in difficoltà. Nella settimana che precede e che segue la domenica della carità, vi invitiamo a contribuire con una donazione, per permettere a queste persone di vivere dignitosamente l'età che avanza, senza doversi vergognare di chiedere aiuto. Maggiori informazioni: tel. 0471 304 300 oppure [www.caritas.bz.it](http://www.caritas.bz.it)

gemeinsame Verantwortung für unsere ältere Generation, die so viel für uns getan hat."

**Um** der Altersarmut entgegenzuwirken, hat die Caritas dieses Thema heuer für ihre Kampagne „Not ist näher als du denkst“ gewählt, die sie in der Woche vor und nach dem Caritas-Sonntag (19. November) durchführt. Ziel der Kampagne ist es, Betroffene zu ermutigen, sich Hilfe zu suchen und gleichzeitig die Gesellschaft zu mehr Solidarität und zum Spenden anzuhalten.

**In** den Caritas-Diensten klopfen viele ältere Menschen an, sei es aus finanzieller als auch aus seelischer Not, aus gesundheitlichen Gründen oder weil sie keine Unterkunft haben. „In Südtirol erhalten etwa 16.000 Rentenempfänger – das ist jeder Achte – weniger als 600 Euro Mindestrente. Südtirol ist ein teures Pflaster, in dem die Preise letzthin noch mehr angestiegen sind. Da wundert es nicht, dass viele von ihnen nicht mehr mithalten können“, sagt Petra Priller, die Leiterin der Caritas Schuldenberatung. Dort klopfen immer wieder Menschen über 65 Jahren um Hilfe an.

**Altersarmut** ist dabei vor allem weiblich: einmal, weil Frauen deutlich älter werden als Männer, zum anderen aber – und das ist der Hauptgrund – weil den Frauen wichtige Beitragsjahre fehlen, welche für die Berechnung der Rente ausschlaggebend sind. „Und das, weil sie entweder bei ihren Kindern zu Hause geblieben sind, aus familiären Gründen nur in Teilzeit gearbeitet haben und vielfach auch in der Pflege ihrer Eltern oder Schwiegereltern eingespannt waren“, nennt Caritas-Direktorin Mairhofer die Gründe.

**Besonders** viele ältere Menschen, auch wenn sie nicht viel haben, sind trotzdem immer noch bereit zu geben. „Viele unserer Freiwilligen sind Pensionisten. Sie schenken ihre Zeit, um Menschen zu helfen. Auch dafür müssen wir äußerst dank-

bar sein“, sagt Brigitte Hofmann, die Leiterin des Bereiches Caritas&Gemeinschaft.

**Um** Menschen in Not gut und wirkungsvoll helfen zu können, heuer besonders den älteren Menschen, bittet die Caritas die Südtiroler Bevölkerung um Mithilfe. „Jeder hat die Möglichkeit, die Arbeit der Caritas entweder über die Kirchensammlung oder eine Bankspende zu unterstützen“, bedankt sich Caritas-Direktorin Beatrix Mairhofer schon jetzt für die Solidarität.

**Die** Kollekte am Caritas-Sonntag in Südtirols Pfarreien geht auch heuer wieder zu einem Drittel an die Pfarrcaritas in der eigenen Pfarrei und zu zwei Dritteln an die Diözesancaritas.

**Wie** jedes Jahr sind vor allem die Pfarreien, speziell die Pfarrcaritas-Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eingeladen, den Caritas-Sonntag mitzugestalten. Gottesdienstunterlagen, Anregungen, Tipps und Informationsmaterialien stellt die Diözesancaritas dafür unter <https://caritas.bz.it/mithelfen/pfarrcaritas/infomaterial/caritas-sonntag.html> zur Verfügung. pla

Pfarrcaritas  
stellt sich vor  
Pfarrcaritas  
Pfalzen



Foto Kärnthner Pfalzener

## „Wir sind die Pfalzner Pfarrcaritas“

**In Pfalzen im Pustertal wurde vor 35 Jahren eine Pfarrcaritasgruppe gegründet. Sie ist jetzt als Fachausschuss im Pfarrgemeinderat vertreten und wird von Pfarrer Michael Bachmann unterstützt.**

Die Gruppe trifft sich zwei Mal im Jahr und bespricht verschiedene caritative Themen, u.a. wo es Hilfsangebote in der Pfarrei braucht. Ihr Hauptaugenmerk liegt seit vielen Jahren in der Begleitung von Senioren und Seniorinnen, alleinstehenden und verwitweten Menschen, Zuhause und im Seniorenwohnheim Bruneck. Diese werden auch zu den besonderen Geburtstagen 80, 85, 90 und 95 besucht und beglückwünscht.

Bisher haben sie auch immer bei der Caritas Gebrauchtkleidersammlung mitgewirkt und freiwillige Helfer und Helferinnen dafür organisiert. So werden sie es auch heuer am 11. November wieder machen. Außerdem sammeln sie einmal im Jahr Lebensmittel im Dorfladen für das Lebensmittelprojekt „LeO“ in Bruneck ein. Damit werden im Einzugsgebiet Bruneck und Umgebung wöchentlich rund 90 Personen mit Lebensmitteln versorgt. Auch wurde versucht, den ukrainischen Familien, welche im vergangenen Jahr wegen des Krieges in ihrer Heimat nach Pfalzen gekommen sind, unter die Arme zu greifen.

Bei Bedarf erhalten Familien oder Personen in Not auch finanzielle Unterstützung.

Der jährlich stattfindende Suppensonntag, bei dem auch Spendengelder gesammelt wurden, musste in den vergangenen Jahren leider aufgrund von Umbauarbeiten im Vereinshaus ausgesetzt werden. Geplant ist aber, den Suppensonntag in der kommenden Fastenzeit wieder durchzuführen. Weiters wird die Messe beim Caritas-Sonntag, welcher heuer am 19. November stattfindet, mitgestaltet. Die Pfarrcaritas-Gruppe von Pfalzen bedankt sich bei allen Spenderinnen und Spendern sowie Unterstützenden. kr

# DANKKE



# 10 anni di Sinodo diocesano

## Un cammino tutto da proseguire

**“Sulla tua parola... con gioia e speranza”. Con questo motto dieci anni fa, il 30 novembre 2013, è stato inaugurato il Sinodo diocesano. Per la ricorrenza la Diocesi invita ad un momento di festa e di condivisione presso l’Accademia Cusano, il 30 novembre 2023 dalle ore 17.**

**Moltissime** sono state le persone che hanno dato un loro contributo ai lavori del Sinodo diocesano: circa 5.000 persone, che hanno partecipato agli incontri aperti, 259 sinodali che in dodici commissioni hanno fatto sintesi delle proposte raccolte e hanno formulato visioni e passi concreti per la nostra Chiesa locale. Per valorizzare l’impegno di tutte queste persone e per rilanciare lo spirito sinodale, la Diocesi invita alla celebrazione dei dieci anni dall’apertura del Sinodo.

“Il nostro cammino è lontano da essere concluso”, spiega Reinhard Demetz, allora segretario del Sinodo. “Al contrario, ‘iniziare’ è la parola chiave del cammino che dobbiamo continuare a percorrere: non si tratta di concludere progetti, ma di aprire processi.”

**Mentre** nel 2013 la nostra Diocesi faceva notizia con il tentativo di trasformare il Sinodo diocesano in un cammino partecipativo di tutta la Chiesa locale, a dieci anni di distanza la “sinodalità” è diventata parola chiave anche nella Chiesa universale. A partire dal 2015 Papa Francesco ha iniziato a sottolineare la sinodalità come punto centrale della sua visione di Chiesa. La parola gre-

ca “syn-odos” significa “cammino insieme”. “Proprio questo”, sottolinea Papa Francesco, “è il compito della Chiesa stessa: essere popolo in cammino, guidato dallo Spirito Santo”. Ecco perché attualmente la Chiesa universale sta celebrando un Sinodo che coinvolge le Chiese locali di tutte le nazioni e di tutti i continenti. Ecco perché anche le Chiese italiane sono nel bel mezzo di un cammino sinodale volto a rinnovare profondamente il tessuto delle comunità cristiane.

**Così**, a dieci anni dall’inizio del Sinodo diocesano, la Diocesi di Bolzano-Bressanone si trova coinvolta a più livelli nella sinodalità di tutta la Chiesa. Continuiamo l’attuazione del cammino tracciato dal Sinodo diocesano mentre partecipiamo al cammino sinodale delle Chiese in Italia e al Sinodo della Chiesa universale. Dieci anni dall’apertura del Sinodo diocesano la parola “Sinodo” è più attuale che mai e la “sinodalità” sta diventando la parola chiave che descrive l’essere stesso della Chiesa. Un motivo per celebrare e... iniziare!

**Per** partecipare alla Celebrazione è necessario iscriversi entro il 10 novembre sul sito [www.bz-bx.net/it/sinodo10.html](http://www.bz-bx.net/it/sinodo10.html). bh

# Da sein am Ende des Lebens

## Caritas mit im Palliativ-Care Netzwerk Bruneck



**Die Freiwilligen der Bezirksgruppe Pustertal der Caritas Hospizbewegung dürfen ab sofort schwer kranke, sterbende und trauernde Menschen sowie deren Angehörige stationär auf der Palliativstation im Krankenhaus Bruneck und nach deren Entlassung im privaten Umfeld begleiten. Die Bezirksgruppe wurde mittels Vereinbarung in das Palliativ-Care Netzwerk des Gesundheitsbezirks Bruneck aufgenommen.**

„Zeit und Aufmerksamkeit schenken und das Leben der Menschen in dieser schwierigen Lebenssituation durch Gespräche, Zuhören und ihr Dasein bereichern – das ist das Anliegen der Freiwilligen,“ sagt Catherine Mutzig, die Koordinatorin des Bezirks Pustertal. Auf einer Palliativstation werden Patienten in einem fortgeschrittenen Stadium einer nicht mehr heilbaren Erkrankung behandelt. Das Wort „Palliativmedizin“ leitet sich vom Lateinischen ab und bedeutet Mantel. Sie soll den schwerkranken Menschen, die am Ende ihres Lebens stehen, bestmögliche Lebensqualität, Fürsorge und Zuwendung bieten. „Unser Ziel ist es, für die Patientinnen und Patienten die verbleibende Lebenszeit so gut wie möglich zu gestalten und sie, wenn möglich, auch zurück in die bisherige häusliche Umgebung zu entlassen“, sagt die Palliativmedizinerin Monika Hilber, welche die Abteilung auch leitet.

**Betreut** werden die Betroffenen von einem qualifizierten Team, bestehend aus ärztlichem und pflegerischem Personal, Physio- und Ergotherapeuten, Diätassistenten, Psychologen, Personal der Seelsorge sowie den Freiwilligen der Caritas Hospizbewegung, welche sich Zeit für die Anliegen der Patientinnen

und Patienten sowie deren Angehörigen nehmen. „Es ist mir ein Herzensanliegen für die Menschen in diesen wichtigen Momenten da zu sein, ihnen zuzuhören und sie ein kleines Stück auf ihrem schwierigen Weg zu begleiten. Sicherlich braucht es viel Mut und Kraft, sich immer wieder auf die neuen Situationen einzulassen; die Dankbarkeit in den Augen der Menschen sind aber alle Mühen wert“, sagt eine freiwillige Mitarbeiterin.

**Rund** 150 Freiwillige bilden derzeit landesweit das Rückgrat der Caritas-Hospizbewegung; im Pustertal sind es 25. Laut der Koordinatorin Mutzig bilden derzeit 12 Mitarbeiterinnen das fixe Team der Palliativbetreuung. Sie haben alle eine gezielte Weiterbildung und praktische Einführung in die Thematik erhalten und können bei Bedarf ihre Erfahrungen, die sie während ihrer Einsätze machen, besprechen und reflektieren. „Unsere qualifizierten Freiwilligen bringen die Grundvoraussetzungen mit, auf Menschen in Krisen zuzugehen und Betroffene sowie Angehörige am Lebensende und in der Trauer zu begleiten. Im Laufe des Jahres sind weitere Fortbildungseinheiten geplant, dank der das Team dann weiter aufgestockt werden kann“, kündigt Mutzig an. cm

# “Lavori logoranti e bisogni di tipo sanitario”

**Molte donne, soprattutto quelle di origini straniere, si prendono cura per tutta la vita degli affetti degli altri, svolgendo lavori come baby-sitter, badante, collaboratrice domestica, o nell'ambito delle pulizie; per scoprirsi in età avanzata, poco tutelate.**

Michela Bertin è responsabile di Casa Margaret, un servizio che offre ospitalità e percorsi di accompagnamento a donne in emergenza abitativa e sociale.



Foto Caritas Diocesi Bolzano-Bressanone

## **A Casa Margaret ospitate donne di tutte le età, alcune anche molto anziane: che tipo di esperienze hanno alle spalle?**

Molto diverse: abbiamo avuto donne italiane con un vissuto fatto di dipendenze, sofferenza psichica e psicologica, segnate da separazioni e dalla lontananza dai figli. Spesso non hanno più un sostegno familiare, perché hanno perso i parenti più stretti o perché, anche a causa della loro condotta, hanno chiuso i rapporti con tutti i loro legami affettivi. Oppure donne straniere che hanno vissuto gran parte della loro vita lavorativa in Italia e che hanno sempre mandato il grosso dei loro guadagni nel paese di origine.

## **Quali sono i bisogni delle vostre ospiti che si avvicinano all'età pensionabile?**

Purtroppo a causa dei lavori che hanno fatto nel corso della loro vita arrivano vicino all'età pensionabile con diversi e a volte gravi problemi di salute. Hanno passato la vita a prendersi cura degli altri senza però prendersi mai adeguatamente cura di loro stesse. I bisogni principali sono quindi quelli di tipo sanitario. Un'altra richiesta che riceviamo spesso è quella di trovare un lavoro nonostante le loro condizioni di salute. In questo caso ci affidiamo a cooperative che offrono lavori "protetti".

## **Spesso le persone con background migratorio residenti in Italia producono ricchezza ma sono sempre più povere... come mai?**

Molto spesso le persone con un background migratorio arrivano da paesi con un welfare state molto diverso dal nostro. Si vedono costrette a continuare a lavorare, perché nel paese di origine riceverebbero una pensione troppo bassa per poter vivere e aiutare la propria famiglia, oppure, in mancanza di un buon sistema sanitario pubblico devono mandare molti soldi per curare qualche parente. Il problema di molte donne che inviano i soldi di una vita ai familiari nel paese di origine, è che spesso in Italia hanno poche risorse. Diventando anziane e avendo problemi di salute fanno poi fatica a mantenere il lavoro. In molti casi si tratta anche di persone che, avendo lavorato "in nero", si trovano nella situazione di non aver diritto alla pensione contributiva.

## **Molte donne, soprattutto quelle con background migratorio, si prendono cura per tutta la vita dei nostri affetti più cari, ma in età avanzata si riscoprono invece prive di garanzie e riconoscimento... Cosa fare per superare questo paradosso?**

Le donne con un certo background migratorio trovano lavoro principalmente nell'ambito della cura (badanti, baby-sitter) e delle pulizie. Si tratta di lavori spesso molto faticosi, ad alto deperimento fisico, con dei contratti spesso poco tutelanti e scarsamente retribuiti. Il lavoro di badante inoltre espone a grande precarietà abitativa, con il rischio di finire in strada una volta perso il lavoro. Sarebbe utile ragionare su come rendere questi lavori, di cui c'è un enorme bisogno, più tutelanti per le donne che li praticano. Trovo inoltre che sia fondamentale per le donne conoscere bene i propri diritti, in termini di diritti del lavoro per esempio, e avere gli strumenti per poter essere autonome da un punto di vista economico anche a lungo termine. Le donne con background migratorio che passano la vita a lavorare in Italia, difficilmente riescono, una volta anziane, a rientrare nel paese di origine. Il punto di partenza è sicuramente quello di riconoscere il fenomeno ed essere consapevoli che con il passare degli anni continuerà a crescere.

*Intervista: Roberta Bravi*

# Parliamo di volontariato

Un atto di generosità che rende le nostre vite migliori



**Il volontariato custodisce tutti i valori fondamentali dell'altruismo e della solidarietà: è un'attività in cui le persone si mettono a disposizione, dedicano il loro tempo, le loro abilità e le loro risorse agli altri, senza aspettarsi nulla in cambio. Ma chi pratica il volontariato spesso scopre di ricevere molto più di quanto riesce a dare. Molte sono le possibilità di impegno volontario in Caritas e in youngCaritas: impegni a lungo termine, attività brevi oppure anche di una sola volta. Attraverso alcune testimonianze, vi raccontiamo quali sono i vantaggi.**


I benefici del volontariato non si limitano solo alle comunità e alle organizzazioni assistenziali, ma l'esperienza stessa può essere gratificante sia a livello personale, offrendo un senso di scopo e realizzazione, sia portando a una migliore salute mentale e fisica, oltre a consentire lo sviluppo di nuove competenze e conoscenze.

**Anche** se spesso si associa il volontariato ai giovani, è una pratica che comprende tutte le fasce di età. "Per me il volontariato è amore, gentilezza e altruismo verso le persone che hanno più bisogno, e verso temi come la sostenibilità, la protezione ambientale e la solidarietà, che devono essere importanti nella nostra società. Il volontariato è una esperienza che ti insegna nuove conoscenze e che lascia un segno nella tua vita", racconta così la sua esperienza Manfredi, ora collaboratore in Caritas. Il volontariato può essere anche di sostegno in momenti difficili della propria vita, come racconta Pino, volontario a Casa Freinademetz: "Il volontariato mi ha aiutato in un momento difficile della mia vita: stare a contatto con persone di altre culture, ascoltare le storie di ragazzi che non hanno più nulla, ma nonostante ciò hanno trovato la forza per rimettersi in gioco, mi ha fatto capire quanto fossi fortunato e cosa mi stavo perdendo. Per me è stata quella

scintilla che mi ha fatto cambiare prospettiva."

Il volontariato permette però anche di superare la solitudine e di stare in compagnia. Lo racconta Michelle, volontario del servizio civile presso il Centro di Ascolto: "Per me il volontariato è aiutare, mettersi in gioco costantemente, è lavoro di squadra, gioia, felicità, in poche parole è vita." Anche Stefanie, collaboratrice youngCaritas, è della stessa opinione: "Per me il volontariato è divertimento, stare insieme alle persone per creare e cambiare qualcosa insieme, è dare al mio tempo libero un significato. Sono convinta che scegliere di mettersi a disposizione abbia un valore molto più profondo, invece che fare qualcosa con un fine unicamente economico."

**Queste** dichiarazioni sono la prova che una delle maggiori ricchezze del volontariato, è la sua capacità di portare speranza, luce e cambiamenti positivi, per sé stessi e per la comunità. Quando le persone si uniscono per lavorare insieme verso un obiettivo comune, si possono realizzare grandi cose.

**Con** il contributo di ciascuno di noi, possiamo coltivare un mondo più gentile e amorevole, in cui la generosità e l'altruismo siano celebrati e valorizzati. Non esitate quindi a unirvi a questa meravigliosa pratica, farete la differenza nel mondo! 



# 8° Fiera del volontariato Io, tu, noi. **Insieme** per il bene!

**Io, tu, noi. Insieme per il bene!** ...Questo è il motto dell'ottava edizione della Fiera del Volontariato, che si svolgerà da giovedì 9 a domenica 11 novembre, presso la Fiera Biolife di Bolzano. 44 associazioni e istituzioni sociali dell'Alto Adige saranno presenti per illustrare la loro vasta offerta di volontariato alle persone interessate al sociale.

**Chiunque** sia incuriosito dal mondo del volontariato e voglia maggiori informazioni sulle possibilità di svolgere un'attività volontaria presso associazioni e organizzazioni altoatesine, ha l'opportunità di scoprire tutti i dettagli durante

la fiera del volontariato. Verrà guidato, in modo pratico e informale, tra le offerte disponibili in cui è possibile mettersi in gioco, mostrando quanto l'impegno sociale sia importante e prezioso per la nostra società e per ciascun individuo, che è poi lo scopo ultimo della manifestazione.

**Durante** la fiera del volontariato si cerca di facilitare l'accesso delle persone al volontariato sociale, promuovendo l'impegno altruistico e la dedizione al prossimo.

**La** fiera del volontariato è organizzata dalla Caritas in collaborazione con la

Federazione per il Sociale e la Sanità ODV e l'Associazione provinciale di soccorso Croce Bianca, e con la collaborazione e il supporto della Provincia, Ufficio Anziani del distretto sociale, e del Comune di Bolzano.

**Le** informazioni sugli espositori e sulla loro presenza sono disponibili sul sito [www.fieradelvolontariato.bz.it](http://www.fieradelvolontariato.bz.it).

**Per** ulteriori informazioni è possibile contattare l'Ufficio Caritas parrocchiali e Volontariato al numero tel. 0471 304 330 o [info@freiwilligenmesse.bz.it](mailto:info@freiwilligenmesse.bz.it). mw

## Gemeinsame **Suizidprävention**

**Nicht** nur spezialisierte Dienste und Einrichtungen, auch jeder einzelne Bürger und jede Bürgerin, ist in der Suizidprävention gefordert. „Die beste Suizidprävention ist, den Menschen, die leiden, zuzuhören. Wir alle sind gefragt, das Leid und die Hilferufe wahrzunehmen, die beispielsweise von einem Freund, einem Arbeitskollegen,

einem Verwandten oder einem Nachbarn ausgesandt werden“, sagt Guido Osthoff, Caritas-Vertreter im Netzwerk für Suizidprävention, das vor kurzem die Tagung „Gemeinsam statt einsam – in der Suizidprävention“ im Bozner Pastoralzentrum organisiert hat. „Wenn man merkt, dass jemand Suizidgedanken hat oder diese äußert, sollte man diese Person

nicht allein lassen, mit ihr im Gespräch bleiben und nötigenfalls Hilfe über die Notrufnummer 112 anfordern“, riet Roger Pycha, Leiter des psychiatrischen Dienstes Brixen. Die Suizidprävention zeigt laut ihm eindeutig Wirkung: Die Zahl der Suizide habe sich im Laufe der vergangenen 30 Jahre in Südtirol halbiert. Trotzdem ist sie noch (zu) hoch. pla



## Offerte formative 2023/2024

# Online il nuovo opuscolo

**Le** Caritas parrocchiali hanno un compito importante nella comunità: si mettono a servizio delle persone bisognose.

**Ogni** lavoro al servizio delle persone ha bisogno di accompagnamento, di formazione e di strumenti adatti per poter svolgere al meglio la propria attività. Proprio per questo motivo, abbiamo pensato di raccogliere tutti i momenti di incontro e formazione insieme ad alcu-

ne informazioni utili sui servizi Caritas, affinché possano diventare strumenti di accompagnamento per il vostro impegno, in parrocchia e nella comunità.

**Il** nuovo opuscolo contenente tutte le offerte di formazione, iniziative e proposte per i collaboratori delle parrocchie e per i volontari si può consultare e scaricare all'indirizzo: <https://caritas.bz.it/it/partecipare/calendario>. bh



# Schulprojektwochen mit der Caritas

**Die** Caritas Diözese Bozen-Brixen lädt in Zusammenarbeit mit den 3 Schulämtern Klassen aller Schulstufen dazu ein, den Unterricht im Mai für eine Woche ans Meer nach Caorle zu verlegen. Die teilnehmenden Klassen können dort ein auf sie zugeschnittenes Projekt durchführen. Deshalb kann man für den Unterricht entweder aus den Angeboten der

youngCaritas wählen oder ein eigenes Programm für den Projekt-Unterricht in Caorle planen.

**Egal** ob Klassenpartnerschaft, Sportwoche, Kreativwoche oder eine intensive Lernwoche für die Abschlussprüfung: Eine Woche im Feriendorf Ferrari in Caorle bietet Zeit und Raum für die unterschiedlichsten Projekte eines jeden Unterrichtsfachs und auch fächerübergreifend.

**Die** Schülerinnen und Schüler werden in Mehrbettzimmern untergebracht. Den Lehrpersonen steht je ein Einzelzimmer mit Bad und WC zur Verfügung.

**Detaillierte** Informationen zum Ablauf und zu den Kosten erhalten Schulen und Interessierte bei der youngCaritas: projektwochen@youngcaritas.bz.it und auf der Homepage unter [www.youngcaritas.bz.it](http://www.youngcaritas.bz.it), auf der auch das Anmeldeformular zu finden ist. bh

## Conversazioni al maschile

**Nella** vita quotidiana non è sempre facile affrontare emozioni e sentimenti, confrontarsi sulle esperienze positive e negative del nostro vissuto, oppure trovare uno spazio in cui sentirsi liberi di scambiare idee e punti di vista senza essere giudicati.

**Sembra** essere faticoso soprattutto per alcuni uomini, che si mostrano più restii a parlare di temi molto personali. Per superare queste situazioni, il servizio

di Consulenza per uomini della Caritas, ha lanciato il "Gruppo-uomini", una proposta d'incontro rivolta a un target maschile, per conversare e confrontarsi – da uomo a uomo – su una gran varietà di argomenti, che si tratti di carriera e realizzazione personale, relazioni e sessualität, dolore und lutto, ruoli famigliari, separazioni o nuovi inizi. L'appuntamento è ogni 15 giorni, dalle ore 18 alle 20, il martedì per i gruppi in italiano und den lunedì

per quelli in tedesco. Durante die riunioni, die avvengono in maniera protetta und informale, der gruppo-uomini accoglie tutto ciò che impensierisce oder che smarrisce dal punto di vista emotivo, und offre l'opportunità di riconoscere attraverso il gruppo, schemi di pensiero und di comportamento ricorrenti, per capirli meglio oder per cambiarli.

**Info** und iscrizioni: 0471 324 649, [mb@caritas.bz.it](mailto:mb@caritas.bz.it). rb

**Du bist gefragt!**

Freiwilligenbörse

## Verein zur Förderung der psychischen Gesundheit sucht Freiwillige

Ein Verein zur Förderung der psychischen Gesundheit in Bruneck sucht Freiwillige, welche bei der Freizeitgestaltung mithelfen, d.h. gemeinsam mit den Freizeit-Koordinatoren Ausflüge machen und dabei u.a. auch Fahrdienste übernehmen. Die Ausflüge finden 2-3 mal im Monat jeweils am Wochenende statt.

Unsere Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind eine bunt gemischte Gruppe, der Ausflugs-tag wird als eine Art Auszeit von den aktuellen Problemen, Sorgen gesehen und die Begleiterinnen und Begleiter versuchen bei den Ausflügen so viel Normalität wie möglich zu leben, auf das Schöne in der Natur hin zu weisen, gemeinsam gut zu essen, um am Ende des Tages auf eine bereichernde gemeinsame Zeit zurück zu blicken.

Interessierte können sich im Büro für Pfarrcaritas und Freiwilligenarbeit in Bruneck melden: [gemeinschaft.comunita@caritas.bz.it](mailto:gemeinschaft.comunita@caritas.bz.it) oder Tel. 0474 414 064.

# Agganciare | giovani

**Pur** essendo una ricca provincia del nord, anche l'Alto Adige non è immune a fragilità. Una di queste è il consumo di sostanze stupefacenti, che gli addetti ai lavori indicano essere in aumento anche fra i giovani, spesso policonsumatori e incuranti dei rischi a lungo termine connessi all'uso di stupefacenti. Uno scenario che ha spinto il centro diurno Binario7, gestito dalla Caritas per conto dell'Azienda dei Servizi Sociali di Bolzano e divenuto un punto di riferimento

per molte persone consumatrici di sostanze, a escogitare nuove forme di avvicinamento alle attività del servizio, rivolte soprattutto a ragazze e ragazzi, spesso restii e diffidenti anche verso interventi a bassa soglia. Oggi un nuovo opuscolo informativo, che spiega con un linguaggio fotografico e informale il lavoro di operatrici e operatori di Binario7, si aggiunge al materiale di sensibilizzazione che accompagna le uscite della nuova unità di strada lan-



ciata in maggio per avvicinarsi ai luoghi di consumo più frequentati. Si tratta di piccoli passi, che hanno dato già i primi risultati positivi: in 21 uscite ci sono stati 128 contatti con 45 persone, di cui oltre la metà non era nota al servizio diurno e ha meno di 39 anni. rb

11. November 2023

## Gebrauchtkleidersammlung

**Nach** 3 Jahren pandemiebedingter Pause findet heuer am Samstag, 11. November, wieder die große Gebrauchtkleidersammlung der Caritas statt. Die Vorbereitungen dafür sind bereits im ganzen Land angelaufen. Die Säcke wurden verteilt und nun gilt es die zahlreichen Helfer und Helferinnen zusammenzutrommeln, ohne die die Sammlung nicht durchführbar wäre.

**Abgegeben** werden können gebrauchte Kleider, Haushaltswäsche, Schuhe und Taschen in gutem Zustand. Diese werden am Stichtag oder mancherorts

bereits Tage vorher eingesammelt und auf Lkw verladen. Informationen darüber, wo genau bzw. bis zu welcher Uhrzeit die Säcke jeweils abgegeben werden können, erhalten Interessierte in ihrer Pfarrei oder bei den Ortsverantwortlichen. Es wird keine Sammlung von der Straße geben

**Da** die gesammelte Menge an Textilien den Bedarf an gebrauchten Kleidern im eigenen Land um ein Vielfaches übersteigt, werden die Kleider an die Abnehmerfirma FWS aus Bremen verkauft. Mit ihr wurde ein Ethikvertrag

abgeschlossen, der die Einhaltung von ökologischen und sozialen Richtlinien bei der Weiterverwertung der Ware garantiert. Die Firma sortiert die Kleider aus und verkauft sie auf dem weltweiten Gebrauchtkleidermarkt weiter. Der Erlös, den die Caritas dafür erhält, kommt notleidenden Menschen in Südtirol zugute.

**Wer** bei der Gebrauchtkleidersammlung mithelfen möchte oder Fragen zur Organisation der Sammlung hat, kann sich gerne unter Tel. 0471 304 330 oder [gebrauchtkleidersammlung@caritas.bz.it](mailto:gebrauchtkleidersammlung@caritas.bz.it) melden. mw



## PARTECIPO PERCHÉ...

Sono volontaria presso la mensa sociale di Casa Archè, per aiutare nella distribuzione dei pasti. Mi piace stare lì perché mi piacciono le persone, mi interessano e non ho paura del contatto. Sono anche consapevole di stare bene e di essere stata molto fortunata nella mia vita. Per questo sento il bisogno di restituire qualcosa di me alla nostra società.

**Ilse Pörnbacher, volontaria a Merano**

**WeCaritas**

# Save the date!

## 25.10 **Morire dentro.**

Un numero di morti enorme. Il 2022 per il carcere verrà ricordato come l'anno dei suicidi. Sono stati ben 84 quelli avvenuti negli istituti di pena italiani. Uno ogni 5 giorni. La conferenza mira a informare e a sensibilizzare il pubblico sul tema dei suicidi in carcere. È organizzata in collaborazione con la Rete prevenzione del suicidio, il servizio Odós di Caritas, l'associazione Antigone, il Centro di giustizia riparativa della Regione Trentino - Alto Adige/Südtirol, la Casa Circondariale di Bolzano, Amnesty International Bolzano. L'evento si terrà alle ore 18 del 25 ottobre nella sala Grande del Centro Pastorale, piazza Duomo, a Bolzano. Info: tel. 0471 402 382, centropace@caritas.bz.it.

## 11.11 **Gebrauchtkleider- sammlung**

Am Samstag, 11. Novmeber findet nach mehrjähriger Pause wieder die südtirolweite Gebrauchtkleidersammlung statt. Info: Tel. 0471 304 300 oder gebrauchtkleidersammlung@caritas.bz.it

## 18.11 **Colletta alimentare**

Il 18 novembre il Banco Alimentare invita la popolazione dell'Alto Adige a partecipare alla Giornata nazionale della Colletta Alimenarte. L'invito è quello di donare una parte della propria spesa per le persone in difficoltà. Maggiori informazioni: [www.colletta.bancoalimentare.it](http://www.colletta.bancoalimentare.it)

**8x  
mille**  
CHIESA CATTOLICA

Die Rubrik "Pfarrcaritas stellt sich vor" sowie verschiedene Treffen in den Pfarreien sind Teil des Projekts "Gemeinschaft wieder beleben", das mit 8-Promille-Geldern finanziert wird. Quest'azione fa parte del progetto "Rigenerare la comunità" che viene finanziato dall'8 per mille.

### Impressum | Colofon

Dieses „Caritas io&du“ ist die Sondernummer 05 zum „Caritashelp“ Nr. 02/2023 (viermonatliche Erscheinung). „Caritashelp“ ist unter dem Namen „Caritas info“ seit dem 19. April 2001 im Nation. Zeitungsreg. (Registro Nazionale della Stampa) unter der Nr. p. 11180 eingetragen.

### Herausgeberin | Editore

Caritas Diözese Bozen-Brixen | Caritas Diocesi Bolzano-Bressanone, Dienststelle Pfarrcaritas und

Freiwilligenarbeit | Servizio Caritas parrocchiali e volontariato, Sparkassenstraße 1 | Via Cassa di Risparmio 1, Bozen | Bolzano, Tel. 0471 304 330, [gemeinschaft.comunita@caritas.bz.it](mailto:gemeinschaft.comunita@caritas.bz.it).

**Verantwortliche Direktorin | Direttrice responsabile**  
Renata Plattner

### Redaktion | Redazione

Roberta Bravi (rb), Brigitte Hofmann (bh), Federica Mele (fm), Marianna Montagnana (mm), Catherine Mutzig (cm), Renata Plattner (pla), Sabine Raffin (sr), Karmen

Rienzner (kr), Karin Tolpeit (kt), Margreth Weber (mw).

### Fotos | Foto

Hanna Battisti, Caritas Diözese Bozen-Brixen, Brigitte Hofmann, pasia1000, Ilse Pörnbacher, Karmen Rienzner, youngCaritas.

**Druck | Stampa** Union Print Meran

## 31.10 **I FLEXUS in concerto**

Nell'ambito delle iniziative legate all'edizione 2023 del progetto "Il Mondo è Donna" e a 110 anni dalla nascita di Rosa Parks, beniamina di questo ciclo di appuntamenti, tornano sul palco di Bolzano i Flexus per una serata musicale all'insegna dei movimenti afroamericani per la conquista dei diritti civili e delle donne protagoniste di queste lotte. Il concerto si terrà alle ore 21 nel Teatro Comunale di Gries a Bolzano, Galleria Telser 13. Info: tel. 0471 402 382, centropace@caritas.bz.it.

## 17.11 **Tagung Gewalt- prävention**

Fachtagung zur Prävention zum Schutz von Minderjährigen. Die Tagung findet von 8.30 bis 12.30 Uhr im Pastoralzentrum in Bozen statt.

## 19.11 **Domenica della Carità**

Domenica, 19 novembre si celebra la Domenica della Carità. Sotto il motto "La povertà è più vicina di quanto pensi" quest'anno si affronta il tema delle persone anziane in difficoltà. Info: Tel. 0471 304 300 oppure [www.caritas.bz.it](http://www.caritas.bz.it).