kreuzrichtig

Zeitung des Aargauer Roten Kreuzes

Ausgabe 2/2026

Spendenkonto:
IBAN CH48 0900 0000 5000 3932 6

Jahresbericht 2025

Einblick in Engagement, Wirkung und Kennzahlen

www.srk-aargau.ch/jahresbericht

«Sie hat 50 Jahre für mich geschaut – jetzt bin ich für sie da»

Seit Demenz in ihr Leben getreten ist, ist nichts mehr wie zuvor. Hans Mayer begleitet seine Frau Rosemarie Mayer durch einen neuen Alltag und findet in der Tagesstätte Frick des Roten Kreuzes Kanton Aargau die Entlastung, die beide brauchen.

Herr und Frau Mayer: Die Tagesstätte Frick entlastet sie im Alltag mit der Demenz.

Seit vielen Jahren begleitet Hans Mayer seine Frau Rosemarie Mayer in ihrem Leben mit Demenzerkrankung. Was vor rund 15 Jahren mit kleinen Veränderungen begann, wurde 2018 zur Gewissheit – die Diagnose Alzheimer. Seither hat sich ihr gemeinsames Leben grundlegend verändert.
«Am Anfang merkt man einfach: Etwas stimmt nicht mehr», erzählt Herr Mayer. «Man streitet mehr, versteht sich schlechter und weiss nicht, warum.» Erst nach mehreren Jahren wurde klar, was hinter den Veränderungen steckte. Und dann stand für ihn fest: «Sie hat 50 Jahre für mich geschaut – jetzt bin ich für sie da.»

Ein Alltag im eigenen Rhythmus

Heute pflegt Herr Mayer seine Frau zu Hause. Ihr Alltag ist ruhig, entschleunigt und stark auf Gefühle ausgerichtet. «Früher war alles effizient, durchgetaktet. Heute ist alles langsamer. Was früher wichtig war, ist es nicht mehr. Jetzt zählt das Miteinander.»
Rosemarie Mayer kann sich sprachlich nicht mehr ausdrücken. Kommunikation geschieht über Blicke, Gesten, Stimmungen. «Wenn ich nervös bin, ist sie es auch sofort. Also habe ich gelernt, ruhig zu sein. Gefühle überträgt man direkt.»
Um besser mit der Situation umgehen zu können, hat Herr Mayer Kurse besucht, unter anderem zur eigenweltorientierten Kommunikation. «Das war extrem wertvoll. Man lernt, wie man Menschen mit Demenz wirklich versteht: nicht mit dem Kopf, sondern mit dem Herzen.» Im Lehrgang «Pflegehelfende SRK» hat er sich auch das praktische Wissen für die tägliche Pflege angeeignet.

Entlastung durch die Tagesstätte Frick

Zwei Tage pro Woche bringt Herr Mayer seine Frau in die Tagesstätte Frick des Schweizerischen Roten Kreuzes Kanton Aargau. Dort wird sie betreut, singt, tanzt, ist unter Menschen. Für beide ist das eine grosse Bereicherung.
«Sie blüht da richtig auf», sagt er. «Sie tanzt, sie singt – das kann ich ihr zu Hause nicht in dieser Form bieten. Und wenn ich sie abhole, spricht sie ganz viel. Die Worte sind kaum verständlich, aber ich weiss: Sie erzählt mir von ihrem Tag.»
Für ihn selbst bedeutet die Tagesstätte vor allem eines: Entlastung. «Jedes Mal bin ich beruhigt, wenn ich Rosemarie in die Tagesstätte bringe und weiss, sie ist in guten Händen. Und dann denke ich: Herrlich, jetzt habe ich einen Tag frei.»
In dieser Zeit kümmert er sich um Dinge, die sonst keinen Platz hätten, wie etwa seine IT-Arbeiten oder den Austausch mit anderen pflegenden Angehörigen. «Diese Tage geben mir Kraft.»

Ein starkes Team und wertvoller Austausch

Besonders schätzt Herr Mayer das Team der Tagesstätte. «Sie sind immer fröhlich, nie ungeduldig, nie gestresst. Ich frage mich manchmal, wie sie das schaffen. Diese Leichtigkeit, das ist etwas ganz Besonderes.»
Auch der Austausch mit den Mitarbeitenden der Tagesstätte gibt ihm Sicherheit. «Wenn etwas ist, bekomme ich Tipps. Das ist wichtig. Man ist nicht allein.»
Herr Mayer weiss, wie schwer es ist, Unterstützung anzunehmen. «Man denkt lange: Ich schaffe das allein. Aber das ist nicht realistisch.» Er hatte selbst einmal einen gesundheitlichen Notfall und merkte, wie wichtig ein stabiles Netz ist.
Für ihn ist die Tagesstätte Frick heute unverzichtbar. «Etwas Besseres gibt es nicht. Wirklich nicht.»

Begegnungstag
Am 20. Juni 2026 von 10 bis 15 Uhr öffnet die Tagesstätte ihre Türen und lädt dazu ein, das Thema Demenz und die Unterstützungsangebote vor Ort besser kennenzulernen. Weitere Informationen: www.srk-aargau.ch/veranstaltungen

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser

Pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz leisten Tag für Tag Ausserordentliches. Sie übernehmen Verantwortung, organisieren den Alltag und sind für ihre Angehörigen da. Und dies meist rund um die Uhr.

Dieses Engagement verlangt viel Zeit, Energie und emotionale Stärke. Die Belastung ist oft hoch. Umso wichtiger sind Entlastung und Unterstützung.

Angehörige benötigen Auszeiten, Raum zum Durchatmen und um Kraft zu schöpfen, verlässliche Entlastungsangebote und professionelle Unterstützung. Niemand soll diese Aufgabe allein bewältigen müssen.

Das Aargauer Rote Kreuz bietet vielseitige Unterstützungsangebote. In der Tagesstätte in Frick finden Menschen mit einer Demenz eine begleitete Tagesstruktur und eine an ihre Bedürfnisse angepasste Betreuung. Während dieser Zeit werden Angehörige spürbar entlastet. Hans Mayer beschreibt es im nebenstehenden Bericht so: «Diese Tage geben mir Kraft.»

Es ist uns ein Bedürfnis, pflegende und betreuende Angehörige zu entlasten. Gerne stehen wir für ein Gespräch zur Verfügung und laden ein, unseren Begegnungstag am 20. Juni 2026 in der Tagesstätte in Frick zu besuchen. Wir freuen uns auf den Austausch.

Monika Thommen
Fachverantwortliche Tagesbetreuung

Diese Themen erwarten Sie in dieser Ausgabe:

- Tagesstätte Frick: Ein Ort, der Angehörige stärkt S. 1
- Der Jahresbericht 2025 S. 2
- Wirkungsorientierung S. 3
- Agenda/Rätsel S. 4

Tagesstätte Frick

Die Tagesstätte in Frick bietet Menschen mit einer Demenzerkrankung sowie älteren Personen an einzelnen Tagen eine begleitete Tagesstruktur und eine auf sie abgestimmte Betreuung. Die pflegenden und betreuenden Angehörigen werden entlastet und gewinnen Zeit für sich selbst.

Brauchen auch Sie Unterstützung?
Dann melden Sie sich unter 062 871 09 62 oder tagesstaette@srk-aargau.ch

Weitere Informationen: srk-aargau.ch/tagesstaette

Das Rote Kreuz Kanton Aargau ist ZEWO-zertifiziert.

Das Gütesiegel steht für:
- zweckbestimmten, wirtschaftlichen und wirksamen Einsatz Ihrer Spende
- transparente Information und aussagekräftige Rechnungslegung
- unabhängige und zweckmässige Kontrollstrukturen
- aufrichtige Kommunikation und faire Mittelbeschaffung

ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO

Jahresbericht 2025

Im Aargau läbe – im Aargau hälfe

2025 war weltweit ein Jahr politischer, wirtschaftlicher und gesellschaftlicher Unsicherheit. Doch Herausforderungen zeigen sich nicht nur in der Ferne: Auch im Kanton Aargau geraten Menschen an Grenzen, fühlen sich allein gelassen oder verlieren plötzlich den Halt. Für sie ist das Rote Kreuz Kanton Aargau da.

Im Jahr 2025 haben wir unsere Arbeit noch konsequenter auf Wirkung ausgerichtet: Im Zentrum stand die Frage, welchen konkreten Nutzen unsere Hilfsangebote für die Betroffenen schaffen und welche Veränderungen sie tatsächlich anstossen. So stellen wir sicher, dass Mitgliederbeiträge und Spenden möglichst wirksam bei den Menschen im Kanton Aargau ankommen.

Unsere Mitglieder, Gönnerinnen und Gönner, Freiwillige und Mitarbeitende, bilden das unverzichtbare, stabile Fundament für das Aargauer Rote Kreuz. Herzlichen Dank an alle, für die Loyalität, das Vertrauen und das grosse Engagement.

87 Rappen
jedes gespendeten Frankens fliessen direkt in unsere Hilfsangebote für Menschen im Kanton Aargau.

946 Rotkreuz-Freiwillige
setzen sich im Kanton Aargau für Menschen ein, die Unterstützung am dringendsten benötigen.

169 388 Stunden
haben Rotkreuz-Freiwillige im Jahr 2025 für ihre Mitmenschen eingesetzt.

50 392 Mitglieder
tragen die Rotkreuz-Bewegung im Aargau. Herzlichen Dank für die Treue und das Vertrauen.

21 621 Aargauerinnen und Aargauer
haben durch die Unterstützung der Mitglieder und Gönnerinnen und Gönner Zugang zu unseren Hilfsangeboten erhalten.

6247 Fahrgäste
konnten dank des Fahrdienstes ihre medizinischen Termine wahrnehmen, was ihnen Sicherheit gab und Angehörige entlastete.

49 Familien
erhielten Unterstützung durch die Kinderbetreuung zu Hause, die die Eltern entlastete und dafür sorgte, dass es den Kindern gut ging.

2253 Besuche
von Freiwilligen des Besuchs- und Begleitdienstes schenkten einsamen Menschen mehr Freude im Alltag.

64 Menschen mit Demenzerkrankung und ältere Personen
erhielten in der Tagesstätte Frick eine individuelle Betreuung, die ihren Angehörigen wertvolle Pausen verschaffte.

Fünf Fragen an … Mitarbeitende stellen sich vor

Jelena Vidanovic ist seit 2024 für das Jugendrotkreuz Kanton Aargau tätig. Dort verantwortet sie die Projekt- und Freiwilligenkoordination der Projekte Nachhilfe, Young Carers, Schreibdienst und Integration durch Bildung, Begegnung und Beschäftigung.

Was motiviert dich tagtäglich bei deiner Arbeit?
Die positiven und herzlichen Rückmeldungen unserer Freiwilligen über ihr Engagement. Es ist immer schön, zu hören, dass sie wertvolle Beziehungen zu den Teilnehmenden in den Projekten aufbauen, voneinander lernen und sich persönlich sowie beruflich weiterentwickeln. Auch die Dankbarkeit unserer Teilnehmenden zeigt mir, dass wir jeden Tag etwas Gutes bewirken!

Angenommen, du hättest unbegrenzte Mittel: Welches Traumprojekt würdest du für die Jugendlichen sofort umsetzen?
Ich würde in allen gesellschaftlichen Bereichen Jugend-Sessionen einführen, damit Jugendliche aktiv an Entscheidungsprozessen teilnehmen können. Gleichzeitig würde ich Programme schaffen, die ihnen das nötige Wissen und Selbstvertrauen vermitteln, um ihre Meinung einzubringen und Verantwortung zu übernehmen. So könnten junge Menschen spürbar mitgestalten, statt nur zuzuschauen.

Gibt es einen Ort im Kanton Aargau, der dir besonders viel bedeutet?
In meiner ersten Woche in der Schweiz habe ich eine Fahrradtour entlang der Aare gemacht. Während einer Pause hat uns eine Dame angesprochen – das war mein erster Kontakt mit Einheimischen. Sie hat uns sehr herzlich willkommen geheissen. Später habe ich entdeckt, dass man auf der Aare auch wunderbar «böötle» kann – umso besser.

Wenn du mal wieder einen Tag im Körper einer Jugendlichen verbringen könntest, was würdest du tun?
Ohne meine bisherigen Erfahrungen und mein Wissen würde ich wahrscheinlich versuchen, einen TikTok-Tanz zu lernen. Mit meinen jetzigen Erfahrungen hingegen würde ich viele Fragen stellen, um die Welt noch einmal mit der neugierigen jugendlichen Brille zu betrachten. Danach würde ich die Antworten in mein Erwachsenenleben schmuggeln und sie als Inspiration für die Weiterentwicklung unserer Projekte nutzen.

Wenn du ein Emoji wärst, welches würde dich am besten beschreiben?
Umarmung – weil Empathie und gegenseitige Unterstützung für mich zentral sind.

Wirkungsorientierung

Wirkung sichtbar machen

Der Rotkreuz-Notruf am Handgelenk bietet nicht nur Sicherheit im Notfall: Er trägt auch dazu bei, dass Menschen länger selbstständig zu Hause leben können und Angehörige entlastet werden.

Wirkungsorientierung bedeutet für das SRK Kanton Aargau: Hilfsangebote so zu gestalten, dass sie bei den Nutzenden eine spürbare, positive Veränderung ihrer Lebenssituation bewirken. Dafür ist es wichtig, die Bedürfnisse und Anliegen der Klientinnen und Klienten möglichst genau zu kennen. Wirkungsorientierung heisst daher auch, dass wir die Angebote regelmässig überprüfen: Passt das Angebot noch? Bewirkt es, was es bewirken soll? Wo müssen Anpassungen gemacht werden?

Ende 2025 hat das SRK Kanton Aargau deshalb eine Klientenumfrage bei 1060 zufällig ausgewählten Klientinnen und Klienten durchgeführt, wovon 213 Personen teilgenommen haben. Die Rückmeldungen bestätigen: Unsere Angebote wirken.
So konnten die Klientinnen und Klienten dank des Fahrdienstes ihre medizinischen Termine wahrnehmen. Gleichzeitig trägt Fahrdienst aber noch dazu bei, dass Menschen länger in ihrem Zuhause wohnen bleiben können. Eine schöne «Nebenwirkung», die wir vermutet hatten und die nun durch konkrete Rückmeldungen aus der Umfrage bestätigt worden ist.

«Vielen Dank für alles! Mein Leben hat sich positiv verändert. Respekt für Ihre Arbeit. Grazie mille.»

Aussage Klientenumfrage 2025

Was ist der Unterschied zwischen Leistung und Wirkung?
Leistung beschreibt, was wir tun.
Wirkung beschreibt, was dadurch bei den Menschen passiert – also den Nutzen, den sie daraus ziehen.

Beim Besuchs- und Begleitdienst ist eine Leistung zum Beispiel, wie viele Menschen die Rotkreuz-Freiwilligen jährlich besuchen. Die Wirkung zeigt sich darin, wie die Besuche auch die psychische Gesundheit und Zuversicht von einsamen Menschen stärken können. Eine Klientin sagt dazu: «Der Besuch hat mich beruhigt higt und mir das Gefühl gegeben, nicht mehr ganz allein zu sein. Die Freiwillige ist auch offen, wenn es mir mal wieder nicht so gut geht. Sie half mir, wieder Fuss zu fassen.»

«Wir nutzen das Tageszentrum in Aarau, den Fahrdienst sowie den Notruf für meine Mutter. Alle Dienstleistungen sind auch für die Angehörigen eine grosse Unterstützung. Danke.»

Aussage Klientenumfrage 2025

Was bringt Wirkungsorientierung den Klientinnen und Klienten?
Wirkungsorientierung bezieht ihre Perspektiven und Bedürfnisse stärker ein. Klientinnen und Klienten sollen von Hilfsangeboten profitieren, die auf sie zugeschnitten sind, und dadurch Stabilität oder eine Verbesserung ihrer Lebenssituation erfahren.

«Durch den Einsatz der Freiwilligen kann ich wieder glücklicher mein Leben gestalten.»

Aussage Klientenumfrage 2025

Warum ist wirkungsorientiertes Arbeiten bedeutsam für Mitglieder und Spendende?
Menschen spenden, weil sie etwas bewirken wollen. Wirkungsorientierung macht sichtbar, was Spenden und Mitgliederbeiträge konkret verbessern. Sie fördert Transparenz und Nachvollziehbarkeit: Welche Ziele verfolgt das SRK Kanton Aargau? Welche Massnahmen wurden umgesetzt und welche Veränderungen werden bei den Menschen erreicht?

Warum ist wirkungsorientiertes Arbeiten wichtig für Hilfsorganisationen?
Wirkungsorientierung liefert Fakten statt Bauchgefühl und verlässliche Grundlagen für Entscheidungen. Durch Feedback und Daten werden die Hilfsangebote laufend überprüft und optimiert. So stellen wir sicher, dass unsere Arbeit im Kanton Aargau dort ankommt, wo sie am meisten bewirkt.

News

Ratgeber-Übersicht des Schweizerischen Roten Kreuzes

Im Kanton Aargau übernehmen rund 51 000 Menschen die Betreuung von ihnen nahestehenden Personen und erbringen dabei jährlich rund 6,4 Millionen Stunden unbezahlte Arbeit.
Das Schweizerische Rote Kreuz bietet eine übersichtliche Informationsseite für betreuende Angehörige mit Tipps, Antworten auf häufige Fragen und konkreten Unterstützungsangeboten.

Zur Übersicht: www.redcross.ch/betreuen

Gesprächsreihe zum Thema Älterwerden

Die Gesprächsreihe «Graue Haare, bunte Köpfe» lädt ein, das Älterwerden neu zu entdecken. In sechs persönlichen Gesprächen erzählen Gäste über 65, was sie bewegt, motiviert und fordert. Moderiert von Elisa Sprecher und begleitet von der 19-jährigen Greta Hunziker, verbinden die Gespräche Generationen und zeigen, wie bunt, lebendig und überraschend das Leben im Alter sein kann. Entstanden ist die Reihe im Rahmen des Schwerpunktprogramms Gesundheitsförderung im Alter des Kantons Aargau.

Hören Sie rein: www.ag.ch/buntekoepfe

2025 in Zahlen: Wusssten Sie schon?

169 388 Freiwilligenstunden entsprechen 19 Jahren und 4 Monaten, die ein Mensch ohne Pause durchgearbeitet hat.

2 582 381 zurückgelegte Kilometer des Rotkreuz-Fahrdienstes entsprechen rund 64 Erdumrundungen.

50 392 Mitglieder – das entspricht jeder 15. Person im Aargau oder 6,8 Prozent der Bevölkerung im Kanton.

Agenda

Kurse

Wichtiges rund um die Einnahme von Medikamenten

Bei der Einnahme von Medikamenten stellen sich immer wieder Fragen. Welche Arzneiformen gibt es, was muss ich im Umgang und bei der Einnahme von Medikamenten beachten, was bedeuten Nebenwirkungen und was sind Generika? Dies und mehr Wissenswertes über Medikamente und deren Verabreichung wird angeschaut.

Ort: Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau
Datum: 27. Mai 2026, 13.30–16.30 Uhr

Weitere Informationen und Anmeldung:
www.srk-aargau.ch/medikamente26, bildung@srk-aargau.ch oder 062 835 70 47

Demenzkranke Menschen betreuen

Demenz ist bereits heute einer der häufigsten Gründe für Pflegebedürftigkeit im Alter. Die Betreuung von Menschen mit Demenz stellt Angehörige immer wieder vor grosse Herausforderungen. Unsere innere Haltung, Fachwissen sowie unsere Kenntnisse über die Auswirkungen dieser Erkrankung können mithelfen, die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern.

Ort: Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau
Datum: 1. und 22. Juni 2026, 9–17 Uhr

Weitere Informationen und Anmeldung:
www.srk-aargau.ch/demenz26, bildung@srk-aargau.ch oder 062 835 70 47

Erste Hilfe für psychische Gesundheit – Fokus Jugendliche

Der Übergang vom Jugend- ins Erwachsenenalter ist eine besonders empfindliche Phase. Es erstaunt deshalb nicht, dass 50 Prozent der psychischen Erkrankungen vor dem 18. Lebensjahr beginnen. Allerdings werden die Symptome einer psychischen Beeinträchtigung im Jugendalter viel zu häufig mit Pubertätsproblemen verwechselt. Im «ensa Erste-Hilfe-Kurs mit Fokus Jugendliche» lernen die Teilnehmenden, wie sie als Laie psychische Erkrankungen bei Jugendlichen frühzeitig erkennen und ansprechen können.

Ort: Rotkreuz-Haus, Buchserstrasse 24, Aarau
Datum: 13. und 20. Juni 2026, 8.30–17.30 Uhr

Weitere Informationen und Anmeldung:
www.srk-aargau.ch/psychischeGesundheit26, bildung@srk-aargau.ch/062 835 70 47

Rätselecke

Wörter suchen

Im Rätsel sind folgende Wörter waagrecht, rückwärts, senkrecht und diagonal versteckt:

PSYCHE
AARGAU
JAHRESBERICHT
ANGEHOERIGE
MEDIKAMENTE
DEMENZ
SPENDE
UNTERSTUETZUNG
TAGESSTAETTE
ENTLASTUNG

H	W	Q	K	F	T	R	G	Y	F	B	B	V	R	P	S	M	C	A
E	S	Z	N	D	D	Q	P	C	M	O	F	U	Z	N	H	R	S	P
G	J	I	D	B	A	E	U	Q	F	B	N	B	P	Y	O	Z	D	N
D	I	C	S	R	G	F	W	N	U	H	P	H	G	I	P	V	E	U
I	V	N	M	I	T	H	E	C	N	S	P	U	N	Y	N	M	M	Z
N	A	H	G	S	Y	A	R	S	T	I	V	Q	U	N	T	J	E	P
C	B	F	R	O	F	J	G	Y	E	O	I	A	T	G	Q	S	N	L
A	M	Q	O	Q	X	Z	E	E	R	A	M	C	S	K	F	G	Z	M
M	T	T	H	C	I	R	E	B	S	E	R	H	A	J	J	Z	B	K
R	E	S	J	H	W	W	K	R	T	S	T	K	L	K	K	D	N	L
R	I	D	P	A	A	R	G	A	U	J	T	W	T	P	Y	A	A	R
L	N	B	I	E	R	Y	X	A	E	I	I	A	N	Z	E	H	H	O
W	T	E	S	K	N	A	S	S	T	W	P	N	E	X	N	X	C	G
Z	S	S	H	E	A	D	V	N	Z	I	S	L	X	T	S	C	V	N
Y	R	I	D	U	W	M	E	A	U	U	Y	D	I	Y	T	T	O	D
R	W	E	Y	I	S	M	E	W	N	G	C	F	S	B	J	E	T	P
E	W	D	O	F	L	A	A	N	G	E	H	O	E	R	I	G	E	T
V	N	S	Q	A	A	K	V	L	T	F	E	W	M	U	O	A	D	C
Q	S	Y	P	D	E	M	E	N	Z	E	X	M	Z	D	G	H	Z	W

Sudoku

Füllen Sie die leeren Felder mit den Zahlen von 1 bis 9. Dabei darf jede Zahl in jeder Zeile, jeder Spalte und in jedem der neun Blöcke nur ein Mal vorkommen.

							6	1
						8		
8			3					
	5		8				1	2
1					7	5		
7	8				9			
					5		4	
	6				4	1		7
2		3		7				6

		2						
3	4			2				
	8			7			4	
9				6				
						9		
					3	7	5	
	3		1					8
7	5			9	6	4		
		4		5	7	1		

Jetzt spenden!

Mit TWINT App scannen und Betrag eingeben.

Impressum

«kreuzrichtig – die Zeitung des Aargauer Roten Kreuzes» erscheint vierteljährlich und geht an alle Spenderinnen und Spender sowie Mitglieder des Vereins SRK Kanton Aargau.

Herausgeber
Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Aargau
Buchserstrasse 24, 5000 Aarau
062 835 70 40, info@srk-aargau.ch
www.srk-aargau.ch

Redaktion
Nora Willi

Bilder
SRK Kanton Aargau

Auflage
70000 Exemplare

Gestaltung und Druck
CH Media Print AG

Schweizerisches Rotes Kreuz
Kanton Aargau

MIX
Papier aus verantwortungsvollen Quellen
Papier issu de sources responsables
Carta da fonti gestite in maniera responsabile
FSC® C007439