



Auf [schenkzeit.ch](http://schenkzeit.ch) findet man viele Inspirationen für gemeinsame Erlebnisse – zum Beispiel für einen Tanzkurs in der Klubschule.

**Klubschule**

# Sinnvoll schenken

Was soll man Menschen schenken, die eigentlich schon alles haben? Auf [schenkzeit.ch](http://schenkzeit.ch) findet man Geschenkideen, die gemeinsame Erlebnisse bieten und zu einem erfüllten Älterwerden beitragen. Partnerin ist die Klubschule Migros.

**Text:** Natalie Brägger

**P**ralinen oder Weihnachtsguetzli versprechen zwar willkommene Genussmomente, für ein anhaltendes Wohlbefinden sorgen sie allerdings eher selten.

Zufriedenheit und Wohlbefinden im Alter sind jedoch kein Zufall. «Wissenschaftliche Studien belegen, dass mit einer sinnvollen Tätigkeit das Wohlbefinden älterer Menschen nachhaltig gesteigert werden kann», sagt Corine Löffel, Kommunikationsverantwortliche der Stiftung Generationen-Dialog. Diese Erkenntnis ist ein Grund dafür, dass die Stiftung dieses Jahr die Plattform [schenkzeit.ch](http://schenkzeit.ch) lanciert hat. Der Onlineshop bietet Inspiration für überraschende und sinnvolle Geschenke für die Menschen im dritten Lebensabschnitt. «Wir wollen damit ein aktives

Älterwerden unterstützen und den Austausch zwischen den Generationen stärken», erklärt Corine Löffel.

## Gesellschaftliches Engagement

Die Ideen auf [schenkzeit.ch](http://schenkzeit.ch) gehören zwei Kategorien an: Man kann die Beschenkten zu einem gesellschaftlichen Engagement oder zu einem gemeinsamen Erlebnis inspirieren. Warum nicht wieder einmal einen Jass am Familientisch klopfen – und sich vielleicht sogar die Teilnahme an einem Generationen-Jassturnier zum Ziel setzen? Oder lieber gemeinsam einen Tandem-Ausflug unternehmen? Oder sich im Verein Blind Jogging engagieren und Blinde beim Laufsport begleiten? Die Geschenke bestehen nicht nur aus einem einfach einzulösenden

Gutschein oder einer Infobroschüre, sondern sind zusätzlich mit einem passenden Accessoire ergänzt.

Die Klubschule Migros ist Partnerin des Projekts Schenkzeit. [So sind im Onlineshop auch verschiedene Ideen für Kurse an der Klubschule zu finden.](http://schenkzeit.ch)

Warum nicht gemeinsame Momente bei einem Tanzkurs verschenken? Oder zum Lernen einer neuen Sprache anregen, damit man anschliessend gemeinsam verreisen kann? Eine andere Möglichkeit, jemandem neue Welten zu eröffnen, ist ein Schreibkurs: Er hilft, einen eigenen kreativen Schreibstil aufzubauen und die Lebenserfahrung in Form von Kurztexten, Gedichten oder einer Biografie zu Papier zu bringen. **MM**

## Verlosung

### Gutscheine gewinnen

Das Migros-Magazin verlost **drei Schenkzeit-Gutscheine** im Wert von je 100 Franken, einlösbar auf [schenkzeit.ch](http://schenkzeit.ch), zum Beispiel für einen Tanzkurs in der Klubschule Migros. Alle Informationen zur Verlosung sind auf [schenkzeit.ch/wettbewerb](http://schenkzeit.ch/wettbewerb) zu finden. Teilnahmechluss: 7. Dezember 2018