

„Equal Care Day“ oder: Wie fair läuft die Verteilung der Sorgearbeit?

VON UNSERER MITARBEITERIN USCHI PRAWITZ

Kulmbach – Am Samstag, 29. Februar, fand bundesweit der „Equal Care Day“ statt, also der Tag, an dem man das Bewusstsein für die Sorgearbeit schärfen will. Initiator war der kliche*esc e.V., ein gemeinnütziger Verein zur Förderung von Wahlfreiheit jenseits limitierender Rollenklischees, unterstützt durch die Bundeszentrale für politische Bildung und die Willi-Eichler-Akademie.

Der Schalttag war hierfür kein zufällig gewählter Termin. „Der 29. Februar wird in drei von vier Jahren übergangen, nicht gesehen – wie häufig die Sorgearbeit auch“, sagte Heike Söllner, die Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Kulmbach. „Dazu kommt, dass es vor allem Frauen sind, die diese Aufgaben übernehmen.“ Ob im Beruf, in der Familie oder im Ehrenamt: Über 80 Prozent der Sorgearbeiten würden von Frauen geleistet.

Daher nutzte Heike Söllner den Tag, um in Kooperation mit der Gesundheitsregion Plus, der Beratungsstelle für Arbeitslose, dem VdK Kreisverband Kulmbach und dem Mehrgenerationenhaus Mainleus auf (un)faire

„Wir müssen unseren Perfektionismus herunterschrauben und sorgsam mit uns umgehen.“

ANNEKATRIN BÜTTERICH
Geschäftsstellenleiterin

Verteilung von Sorgearbeit aufmerksam zu machen. An einem Informationsstand im E-Center Seidl konnten sich Interessierte einem kleinen Selbsttest unterziehen. „Unser Fokus lag auf der Verteilung von Sorgearbeit in den Familien“, sagte die Gleichstellungsbeauftragte, die mit ihren Partnerinnen drei Stunden lang Passanten befragte.

Auf einem Fragebogen konnte angekreuzt werden, welche Tätigkeiten man täglich, wöchentlich, monatlich oder jährlich ausübt, darunter Dinge wie Wäsche waschen, Kochen, Altglas wegbringen, Einschlafbegleitung, Kontaktpflege zu Angehörigen, Kindergeschenke besor-

gen oder Urlaubsplanung. Maximal konnte man 215 Punkte erreichen. „Die beste Frau lag bei unserer Umfrage bei 183 Punkten, der beste Mann bei 145“, summierte Heike Söllner.

Gesundheitliche Auswirkungen

Eine solche Dauerbelastung hat Auswirkungen auf die Gesundheit und das persönliche Wohlbefinden, weshalb sich die Gesundheitsregion Plus mit der Geschäftsstellenleiterin Annekatri Bütterich an der Aktion beteiligte. „Wir müssen unseren Perfektionismus herunterschrauben und sorgsam mit uns umgehen“, sagte sie. Dazu verteilte sie an alle Umfrageteilnehmer einen Schmetterlingsanhänger als Anker für den Alltag. „Das ist ein schnelles Stressmanagement-Tool“, erklärte sie.

Als Schlüsselanhänger soll der Schmetterling mehrfach am Tag daran erinnern, etwas Gutes für sich zu tun. „Das heißt, man soll sich doch einfach auch mal über eine rote Ampel freuen und die Zeit zum tiefen Durchatmen nutzen.“ Das sei reine Übungssache. Außerdem lerne man durch solche Übungen, auch in stressigen Zeiten Kleinigkeiten wieder wahrzunehmen.



Nach einer gelungenen Aktion: (von links) Bezirkstagsvizepräsidentin Dagmar Keis-Lechner, Renate Kraus (VdK), Agathe Wachter (Beratungsstelle für Arbeitslose), Ingrid Wagner (Mehrgenerationenhaus Mainleus), stellvertretende Landrätin Christina Flauder, Landrat Klaus Peter Söllner, Annekatri Bütterich, Heike Söllner, Bettina Gründonner und Barbara Wachtel (beide E-Center Seidl) und Brigitte Kellner (VdK) Foto: U. Prawitz

Landrat Klaus Peter Söllner sowie die stellvertretende Landrätin Christina Flauder waren sich darin einig, dass es wichtig ist, hier ein Bewusstsein zu schaffen. „Es ist wunderbar zu sehen, dass sich Männer und Frauen inzwischen viele Arbeiten teilen, man muss aber nicht

nur die Kindererziehung, sondern auch die Pflege der Angehörigen im Blick haben“, sagte Christina Flauder.

Und einen ganz praktischen Tipp hatte die stellvertretende Bezirkstagsvizepräsidentin und vierfache Mutter Dagmar Keis-Lechner parat: „Wir Frauen

versetzen uns ja oft in Stress und Hektik. Ich habe hingegen gelernt, dass es wichtig ist, sich auch mal selbst zu loben und nicht darauf zu warten, bis es andere tun.“ Denn neben einer fairen Bezahlung von Sorgearbeit sei auch die persönliche Wertschätzung wichtig.