

JAHRES- BERICHT

2023



Humor



EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser

In schwierigen Zeiten kann ein herzhaftes Lachen Stimmungen aufhellen oder Entspannung in eine angespannte Situation bringen. Manchmal erinnert es uns daran, dass wir trotz Herausforderungen noch immer die Fähigkeit haben, Freude zu empfinden. Ja, **Humor** ist tatsächlich die Medizin, die am wenigsten kostet und am einfachsten einzunehmen ist.

Humor ist auch in freudigen Momenten ein unschätzbares Geschenk: Er verleiht glücklichen Momenten noch mehr Glanz und verstärkt unsere Zufriedenheit. Ein herzhaftes Lachen kann Bindungen stärken und eine Atmosphäre der Leichtigkeit und Spontaneität erschaffen, die uns erlaubt, den Augenblick voll auszukosten und uns nicht zu sehr von Ernsthaftigkeit einnehmen zu lassen.

Egal ob wir lachen, um uns von Sorgen abzulenken oder um die Freude zu teilen - **Humor** ist ein unverzichtbarer Begleiter auf unserer Lebensreise.

Deshalb versuchen wir im Verein Lazarus immer wieder humorvolle Momente zu schaffen, die darauf abzielen, ein Lächeln auf die verschiedensten Gesichter zu zaubern.
Hoffentlich nun auch beim Lesen dieses Jahresberichts.

Der Vorstand:

Gisella Bächli, Ulrich Christen, Thomas Gerber, Simon Liebi, Erich Reber und Mischa Schären

Inhalt:

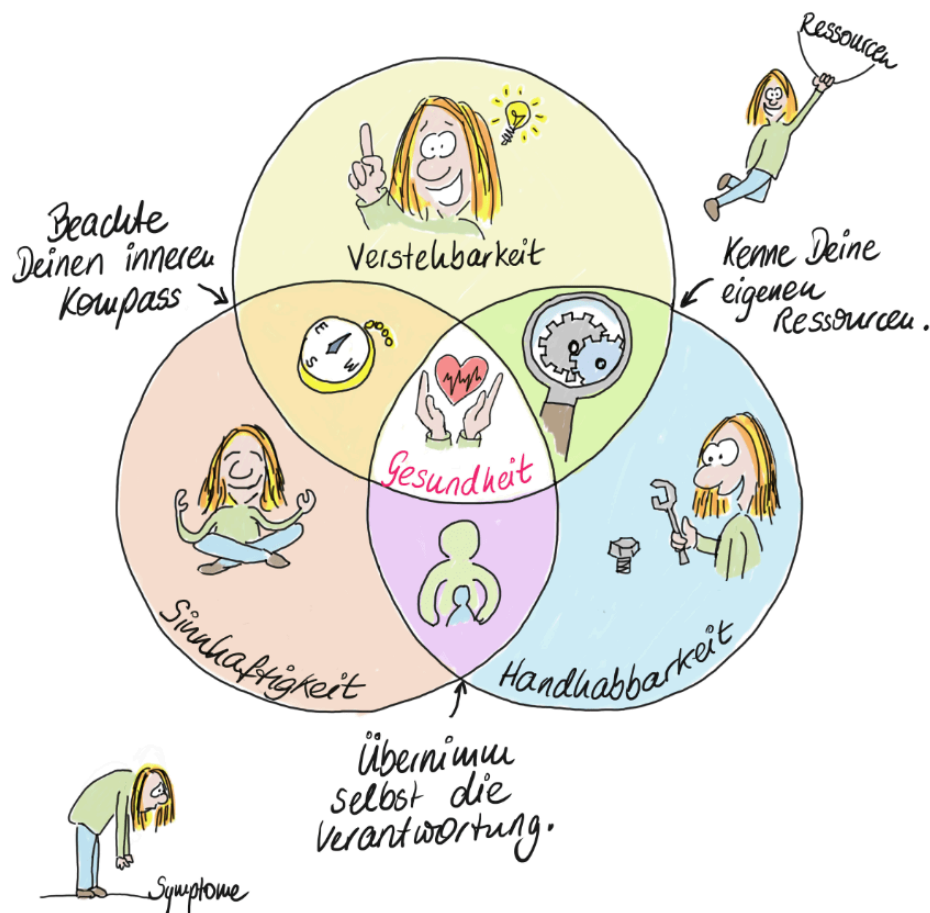
Tätigkeitsbericht	Seite 03
Jahresrechnung	Seite 18
Reviewbericht	Seite 22
Schlusswort	Seite 23

TÄTIGKEITSBERICHT 2023

HUMOR hält die Hoffnung lebendig.

Matthiae, G.

Das Salutogenese Modell (lat. salus ‚Gesundheit‘, ‚Wohlbefinden‘, und genesis ‚Geburt‘, ‚Entstehung‘) von Antonovsky (1923-1994) bezieht sich auf den Ursprung von Gesundheit und das Verständnis, welche Faktoren und Prozesse diese fördert. Denn die menschliche Gesundheit ist deutlich mehr und komplexer als nur die Abwesenheit von Krankheit. Vor allem interessierte Antonovsky, wie Menschen es schaffen, trotz widriger Umstände gesund zu bleiben. Das Salutogenese Modell betont die Bedeutung von Ressourcen, Resilienz und dem Erleben von Sinnhaftigkeit.



Das Salutogenese Modell
(Quelle: <https://integral-erfolgreich.de>)

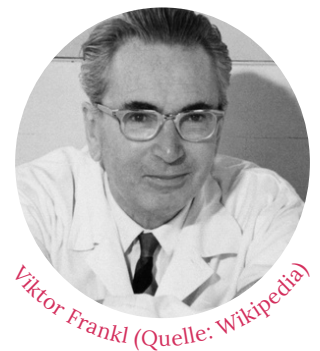
Das Leben ist vergleichbar mit einem Fluss, in dem sich der Mensch schwimmend behaupten muss. Im Flussverlauf treten immer wieder neue Situationen und potenzielle Gefahrenquellen auf. Die Fliessgeschwindigkeit ändert sich ständig, von tragem dahinfließendem Wasser bis zu bedrohlichen Strömungen.

«Was unterstützt die schwimmende Person dabei, mit den Bedingungen im Fluss umzugehen und zu einem besseren Schwimmer oder einer besseren Schwimmerin zu werden?»

Humor ist dabei der Schwimmring, der es schafft, etwas Leichtigkeit oder eine kurze Pause zu ermöglichen. Manchmal verwandelt er sich - mit etwas Phantasie - in eine Luftmatratze, die einem die Schönheit rundherum entdecken lässt und eine kostbare Erholung mittendrin schenkt.

Humor ist ein Geschenk und eine notwendige Ressource im Leben. Je grösser die Probleme sind, desto entscheidender ist es, diese Gabe zu kennen und zu aktivieren.

Viktor Frankl (1905 - 1997) überlebte verschiedene Konzentrationslager (darunter Auschwitz). Er ist Gründer der Logotherapie und der Existenzanalyse und spricht von der «Trotzmacht» des Humors - Humor mittendrin. Humor als Mittel, um einerseits die Widrigkeiten zu überleben und andererseits, den Sinn des Lebens wiederzufinden. Denn Humor beflügelt das Herz und lässt es wieder aufatmen.



Viktor Frankl (Quelle: Wikipedia)

Humor heisst, das Leben mit seinen unterschiedlichsten Farben zu akzeptieren, was nicht mit Resignieren gleichzusetzen ist. Humor verleiht dem Herzen einen wertvollen Schutz, dass es nicht bitter wird, nicht aufgibt. Humor will weder etwas produzieren noch erzwingen, sondern im «Hier und Jetzt» landen. Denn die wesentlichen Dinge kann man nur empfangen, es benötigt einzig, sich dafür zu öffnen. Und ja: «Ohne Liebe funktioniert sowieso nichts» (Dimitri).



Jonathan Gutmann (Quelle: www.hohemark.de)

Gutmann drückt es so aus: «Humor ist eine Gabe, ein Geschenk des Himmels und äussert sich vielfältig. Für mich reiht sich Humor nahtlos ein in die Tugenden Glaube, Liebe und Hoffnung. Mit ihnen können wir eine bessere Welt schaffen. Humor ist eine Einstellung und Haltung, eine Charaktereigenschaft und Stärke. Wer sich den Schwierigkeiten des Lebens mit Humor entgegenstellt, handelt in einer Form der Weisheit.» (Gutmann, J., 2016. Humor in der psychiatrischen Pflege.)

Humor ist Mut und Demut zugleich: Er macht uns bewusst, dass wir Menschen mit Grenzen und Schwächen sind. Er hilft uns, uns selbst nicht ununterbrochen wichtig zu nehmen (Kreuder, E.) oder uns zu idealisieren und mehr sein zu wollen, als wir ohnehin schon sind - einzigartige Unikate.

Im Alltag begegnen mir verschiedene Gesichter und Geschichten, manchmal Menschen in ganz ohnmächtigen Situationen, die es mitauszuhalten gilt. Es gibt selten die sofortige Lösung und oft liegt eine schwierige Vergangenheit zugrunde, die sich nicht einfach so löschen oder vergessen lässt.

Wir sind einfache Wegbegleitende und fiebern mit, dass diese Menschen Erleichterung und Hoffnung ganz praktisch und ganz himmlisch erfahren. Das gemeinsame Lachen wird dann zur saftigen Kirsche obendrauf.

DAS THEMENCAFÈ

EIN ANGEBOT, DAS GELEGENHEIT UND GEMEINSCHAFT BIETET

Das Themencafé ist ein niederschwelliges Angebot und alle sind ganz herzlich dazu eingeladen. Es ist uns ein grosses Anliegen, Menschen willkommen zu heissen und Begegnung zu ermöglichen. Partizipation (lat. participatio, pars, ‚Teil‘, und capere, ‚nehmen‘) wird gelebt. Menschen gestalten den Abend mit ihren Ergänzungen, Fragen, Geschichten oder Erfahrungen mit. Der Abend wird zu einer Bereicherung ganz im Sinne von: «Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile» (Aristoteles).

2023 konnten alle geplanten Themencafès (10x) sowie das Projekt «Bilder entstehen lassen» (5x) durchgeführt werden.

Eine Besucherin berichtet:

«In letzter Zeit habe ich sehr zurückgezogen gelebt und zu Beginn war ich geniert, zum Themencafé-Angebot hinzuzustossen. Doch sehr bald habe ich gemerkt, dass es mir guttut. Die Themen sind sehr fachkompetent und verständlich formuliert. Es hat mir wieder aufgezeigt, dass ich Gewisses schon gelernt, jedoch in der Zwischenzeit wieder vergessen habe. Doch so wurden mir die Themen wieder vertraut. Gisella achtet sehr darauf, dass man – so wie man ist und mit dem, was einem bewegt – Teil der Gruppe ist. Das finde ich ist sehr kostbar. Sie führt achtsam und unterstützend durch den Abend, entschleunigt das Tempo, wenn jemand gerade mehr Zeit beim «Worte finden» braucht. Es ist wirklich spannend und es tut gut daran teilzunehmen.»

Erika K.

VORTRÄGE UND WORKSHOPS

ZUM THEMA «HUMOR ALS RESSOURCE» UND «AUFTRITTSKOMPETENZ»

2023 fanden insgesamt 12 Vorträge rund um das Thema «Humor als Ressource» bei unterschiedlichsten sozialen Institutionen, Kirchgemeinden, Firmen und Privatpersonen statt. Humor ist ein Grundbedürfnis des Menschen, denn das Leben ohne Freude ist wie ein Leben ohne Sonne. Gerade in Winter- und Nebelzeiten ist das Sichten von Sonnenstrahlen umso wichtiger.

Nachfolgend einige Berichte:



Gisella Bächli (Leiterin Lazarus Sozial) in Action.

Jubiläumsanlass text- und denkbar

«Mit den fröhlichen und informativen Inputs rund um den feinen Humor wurden die Gäste unseres Jubiläumsanlasses voll in den Bann gezogen. Gisella hat sie mitgenommen, angeregt und ermutigt – mal eine andere Perspektive einzunehmen (...). Und das alles auf so lockere und zugängliche Art und Weise. Gisella hat die Samen ausgelegt. Nun ist es an uns allen, sie zu unserem Wohlbefinden gedeihen zu lassen. Wir sind beglückt und danken dir von Herzen.»

Monika und Brigitte, text- und denk-bar in Münchenbuchsee

Seniorennachmittag

«Im Rahmen unseres Seniorennachmittags in der Kirchgemeinde Laupen, kamen wir in den Genuss des Vortrags «Humor als Ressource» von Gisella Bächli. Die Referentin hat uns alle von der ersten Minute an mitgerissen. Hat uns aufgezeigt, dass man auch in schwierigen Momenten den Humor nicht verlieren darf und es ein Geschenk ist, Humor zu besitzen.

Wir alle gingen mit vielen Anregungen und einem grossen Lächeln nach Hause. Vielen Dank für den schönen Nachmittag!»

Franziska Büeschi, Kirchgemeinderätin in Laupen

Workshop mit der VASK

In Zusammenarbeit mit der Vask fand am 31.8.2023 ein Workshop zum Thema «Auftrittskompetenz» statt.

Silvia Andres schreibt:

«Am 16. September 2023 fand in Thun der Generationenmarkt statt. Die VASK Bern (Vereinigung der Angehörigen von Menschen mit psychischen Erkrankungen) betreute einen Stand und wünschte sich für die Freiwilligen der Standbetreuung einen Workshop zum Thema «Auftrittskompetenzen».

Schon während der Konzeption des Marktauftrittes konnten wir auf die Unterstützung von Gisella Bächli vom Verein Lazarus zählen. Kurz vor dem Event führte sie uns in die «Geheimnisse» der Kontaktaufnahme mit Menschen ein.

In einer kleinen Gruppe zeigte sie uns anhand vieler Körperübungen und Rollenspiele ganz konkret, wie wir die Menschen erreichen können. Dies beinhaltet nicht nur die seriöse und achtsame Vorbereitung auf unseren Auftritt, sondern auch, wie wir spielerisch mit den Menschen in Kontakt treten können.

Gisella hatte die Gabe, uns Teilnehmerinnen innerhalb kürzester Zeit aus unserer Reserve zu locken und in Rollenspielen zu testen, wie wir möglichst authentisch auf die Menschen zugehen können.

Beim Abschluss des Kurses hätten wir am liebsten am nächsten Tag all die tollen Ideen ausprobiert – wir alle waren begeistert.

Der Auftritt am Generationenmarkt war dann auch ein toller Erfolg. Mühelos gingen wir alle auf die vorbeilaufenden Menschen zu und führten – trotz der herausfordernden Thematik – lustige, humorvolle, differenzierte und auch tiefgründige Gespräche, die uns bereicherten und in unserer Aufgabe stärkten.

Tausend Dank, liebe Gisella, für diesen wunderbaren und nachhaltigen Workshop, der uns noch lange in Erinnerung bleiben und uns immer wieder in unserer Arbeit unterstützen wird.»

VASK Bern, Vorstandsmitglied, Silvia Andres



SCHULUNGEN

VON DER HÖHEREN FACHHOCHSCHULE BIS ZUR KIRCHGEMEINDERATS-RETRAITE

Schulungen am TDS

Einzelne Schulungen am TDS (Höhere Fachschule Theologie, Diakonie, Soziales) zum Thema «Gesundheit & Prävention» sowie die Prüfungsabnahmen des ersten Studienjahres erfolgten im Jahr 2023.

Zudem durften wir den Absolvententag des TDS mitgestalten. Matthias Ackermann berichtet:

Die Kunst zu fliegen und zu landen

«Über 100 Absolventinnen und Absolventen des TDS Aarau liessen sich am 20. Januar 2023 inspirieren. Sie empfangen Ideen und Werkzeuge, um Humor und Kreativität mehr Raum zu geben in ihrer Arbeit. Mit der Sozial- und Theaterpädagogin Gisella Bächli wurde der Vormittag zu einem ganzheitlichen Erlebnis (...).

Mehr dazu im Magazin des TDS Aarau, Fachschule Theologie, Diakonie, Soziales vom Februar 2024 und der Artikel «Lachen ist gesund» im meinTDS Magazin von Februar 2023.»

Matthias Ackermann, Öffentlichkeitsarbeit/PR bei TDS Aarau

ensa-Kurse



Insgesamt wurden im Jahr 2023 sieben ensa Kurse (jeweils zwei ganze Tage) in Thun und Umgebung durchgeführt. Diese haben in Zusammenarbeit mit Pro Mente Sana und deren Partnerschaften (Ref. Kirche Bern, das Schweizerische Rote Kreuz) stattgefunden. Es sind immer wieder geschenkte Zeiten, sich mit unterschiedlichsten Menschen zum Thema «Psychische Gesundheit» Gedanken zu machen.

Nach einem der Kurse wurde folgender Beitrag auf LinkedIn gepostet:

🚑 Jemand blutet? Jemand liegt bewusstlos am Boden? Da wissen wir, wie zu reagieren ist. 🇨🇭
Aber was, wenn jemand eine Panikattacke hat? Oder unter Angststörungen leidet und vielleicht von Suizid spricht? 🆘

Auch hier können wir Erste Hilfe leisten. Nur wie? Das ist ebenso lernbar wie ein Druckverband oder eine Bewusstlosen-Lagerung ➡ In den Kursen von ensa Schweiz: Erste Hilfe für die psychische Gesundheit.

Kürzlich durften wir inhouse an unserem Hauptsitz einen ensa-Erste-Hilfe-Kurs absolvieren. Die Inhalte waren spannend und herausfordernd und der Austausch mit den Dozentinnen Gisella Bächli - Vorraro, Esther Schläppi und in der Gruppe waren wertvoll und aufbauend.

Das waren die Themen:

- ➡ Fakten zur psychischen Gesundheit
- ➡ Basiswissen über psychische Erkrankungen wie Depression, Angststörungen, Psychose, Sucht u.a.
- ➡ Erste Hilfe bei psychischen Erkrankungen und in Krisensituationen
- ➡ Selbstfürsorge - denn nur wer bei Kräften ist, kann anderen helfen

In der Schweiz hat jede zweite Person in ihrem Leben einmal psychische Probleme und 9 von 10 Menschen kennen jemanden, der psychisch besonders herausgefordert ist. Höchste Zeit also, dass wir alle #ROGER kennenlernen. ROGER führt uns nämlich durch unsere Erste-Hilfe-Interventionen, wenn es jemandem psychisch nicht so gut geht:

#R: Reagiere: ansprechen, einschätzen, beistehen 🧐💛

#O: Offen und unvoreingenommen zuhören und kommunizieren 💡💬

#G: Gib Unterstützung und Information i 🧑🏻🗨️

#E: Ermutige zu professioneller Hilfe 🧑🏻📞

#R: Reaktiviere Ressourcen 🧘🏻💪🏻🏃🏻🔧

💡 Psychische Krankheiten zu entstigmatisieren ist uns bei der Stiftung TRANSfair per se ein Anliegen. Auch dazu tragen die ensa-Kurse bei. Wir alle können Menschen in psychischen Krisen unterstützen und ihnen mit unserem beHERZten Eingreifen Hoffnung auf Gesundung geben.

Denn: Nur nichts tun ist immer falsch.

Retraite mit dem Kirchengemeinderat

Am Samstag, 17.11.2023 fand in Egerkingen mit dem Kirchengemeinderat der ref. Kirche Gäu eine Retraite zum Thema «Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg» statt.

Margaritha Berger aus der Reformierten Kirchgemeinde Gäu, Egerkingen berichtet:

«In drei Themenblöcken hast du (= Gisella Bächli) uns kompetent, interessant, spannend und einfühlsam, mit guten Praxisübungen durch das Thema «Gewaltfreie Kommunikation» geführt. Auch der Humor hat dabei nicht gefehlt. «Kommunikation ohne Humor ist wie ein Haus ohne Fundament». Eine Aussage von dir, die im Gedächtnis geblieben ist.

Deine lockere dennoch mitreissende und motivierende Art hat es uns leicht gemacht, dir an den Lippen zu hängen.

Die Flipchart-Blätter, die wir fotografieren durften, helfen uns, uns wieder zu erinnern, wie viel Wertvolles wir von diesem Seminar mitnehmen konnten. Seien es die Bausteine, die 4 Grundeinstellungen, das Seerosenmodell und viele weitere Inputs von dir. Auch die Arbeitsblätter «Selbsterkenntnis» und «Konfliktscheu» sind immer wieder hilfreich.

Gerne erinnern wir uns als KGR an die wertvollen Inputs von dir. Nun sind wir am Üben, das Gelernte in die Praxis umzusetzen und uns ist bewusst, dass das Thema GFK ein lebenslanger Übungsprozess ist. Du hast uns professionell angeleitet und vieles davon ist bei uns noch in Erinnerung. Dafür danken wir dir herzlich.»

Eine weitere Teilnehmerin erzählt:

«Für mich waren die Inputs sehr interessant und ansprechend präsentiert.

Da meine Schulzeit schon lange her ist, sind längeres Zuhören und Dranbleiben eigentlich nicht so meine Stärken. Aber Gisella hat ihre Informationen auf eine Art und Weise präsentiert, welcher ich noch lange hätte folgen können, ohne «abzuhängen».

Ich habe viele Eindrücke mitgenommen, ich bin mir sicher, diese können helfen, Situationen und Personen besser zu verstehen und angemessener zu handeln.

Ich weiss aber auch, dass ich mich entscheiden muss, entsprechend zu handeln und mich nicht meinen (negativen) Gefühlen hinzugeben.

Ich würde ein weiteres Seminar mit Gisella jederzeit wieder besuchen.»

SPONSORENLAUF

HOFFNUNG FÜR MENSCHEN MIT PSYCHISCHEN SCHWIERIGKEITEN

In diesem Jahr sind wir als Hoffnungsträger und Hoffnungsträgerinnen mit all unserer Kraft gerannt, geskatet oder Velo gefahren. Menschen in Respekt und Achtung zu begegnen, unabhängig vom sozialen Status, Alter, Herkunft oder Gesundheitszustand ist uns ein Herzensanliegen. Menschen mit einer psychischen Erkrankung sind in erster Linie Menschen: wie du und ich.

Studien zeigen, dass jede vierte Person (wachsende Zahl) an einer psychischen Erkrankung leidet und bei allen sind auch die Angehörigen betroffen. Gemäss dem Monitoring Psychische Gesundheit 2023 fühlen sich 38% der Menschen in der Schweiz mittel bis stark psychisch belastet. Trotzdem werden psychische Erkrankungen stigmatisiert und tabuisiert, denn das Thema ist noch heute sehr schambesetzt und schuldbehaftet. Vielleicht kann die Person durch die Erkrankung nicht mehr arbeiten und wir sagen ihr «fuule Cheib». Wenn jemand an einer Depression leidet, geben wir «gute» Ratschläge wie «Riss di zäme». Doch so einfach ist das nicht.

Wir setzen uns für Menschen mit psychischen Schwierigkeiten und deren Angehörige ein, damit sie «Worte finden» und (Fach-)Hilfe erfahren. Manchmal ist der Weg der Genesung ganz anders, als wir uns vorstellen und oft braucht es einen langen Atem. Doch Gesundung ist möglich und Wiederherstellung kann unterschiedlich erfolgen.

Wir durften beim Sponsorenlauf CHF 15'000 sammeln: ein riesen Geschenk! Die Finanzen sind zu Gunsten unserer Angebote & Arbeit eingesetzt worden. Nochmals ganz herzlichen Dank an alle, die mitgewirkt haben: auf oder hinter der «Panzerpiste in Thun».



Voller Tatendrang und Vorfreude, dass es endlich losgeht.

FREIWILLIGENARBEIT

MANCHMAL KOMMT ES ANDERS ALS MAN DENKT



Schulung mit Martin Von Känel

Am 7.2.2023 durften wir eine unbezahlbare interne Schulung mit Martin von Känel, heute Abteilungsleiter in der Gemeinde Münsingen für den Bereich «Soziales und Gesellschaft», geniessen. Seit Jahren ist er voller Engagement in der sozialen Arbeit tätig und hat unterschiedlichste Projekte geleitet.

1996 (!) hat er mit seiner wertvollen Diplomarbeit «Diakonie, das versäumte Mandat» sein Studium abgeschlossen. Diese haben wir in unseren Regalen wiederentdeckt und waren so begeistert, was er schon damals für die heutige diakonische Arbeit zu sagen hatte!

Wir wollten die freiwillige Arbeit neu lancieren, doch wurden wir mit verschiedenen Schwierigkeiten konfrontiert (Intensität oder Komplexität des Auftrages, schlechte Erreichbarkeit der Personen, Triage zu kostenpflichtigen Angeboten, mangelnde Ressourcen, usw.).

Nicht immer gelingt alles, was man sich vornimmt. Vordergründig sehen die Dinge manchmal viel einfacher aus, als sie es sind. Doch das ist kein Grund zur Scham, sondern eine Einladung es neu und vielleicht ganz anders zu versuchen.

Und manchmal braucht es schlicht den Mut zu den eigenen Grenzen zu stehen. So wie die Entstehung eines wunderschönen Kunstbildes. Wir bewundern das Endresultat, doch erzählen selten über die vielen fehlgeschlagenen Versuche, die es dafür brauchte.

Ende 2023 habe ich (Projektleitung) in Absprache mit dem Vorstand, die freiwillige Arbeit aus mangelnden Ressourcen vorerst sistiert. «Es ist, was es ist, sagt die Liebe» (Fried).

An dieser Stelle ein riesengrosses «grazie di cuore!» an alle, die ganz unspektakulär und treu im Hintergrund gewirkt haben und mitunterstützt haben, dass Lebensgeschichten geprägt und verändert worden sind.

Ein ganz besonderer Dank an Delia Baumann, Simone Aeberhard, Jetske Brunner und Nadja Brunner für ihre unbezahlbare Arbeit. Diakonie ist ein Lebensstil und so bleiben wir alle weiterhin dran und unterwegs.

Neu leiten wir alle administrativen Anfragen an die Schreibkurve der Südkurve weiter, sie haben ein kostengünstiges Angebot. Darüber sind wir sehr dankbar und schätzen die wertvolle Vernetzung direkt vor Ort sehr.

TISCHLEIN DECK DICH

EIN ANGEBOT FÜR MENSCHEN IN NOT UND EIN ZEICHEN GEGEN FOODWASTE

Das erste Jahr seit Eröffnung der Abgabestelle «Tischlein deck dich» in der Westhalle Thun ist vorüber und wir blicken voller Dankbarkeit darauf zurück. Jeweils am Mittwochvormittag ab ca. 9.30 Uhr beginnt sich das Bistro in der Westhalle zu füllen. Eine bunte Schar Menschen von jung bis alt versammelt sich, um Lebensmittel zu beziehen, die vor dem Verderben gerettet wurden (berechtigt dazu sind von Armut betroffene Menschen, die eine Bezugskarte besitzen).

Zu einem vergünstigten Preis erhalten die Bezüger und Bezügerinnen einen köstlichen Kaffee aus der Barista-Maschine vom Bistro West, während sie auf die Essenausgabe warten. Dabei wird rege diskutiert und die Gemeinschaft ausgiebig genossen. Kürzlich meinte eine Bezügerin, die Esswaren seien für sie fast ein wenig zweitrangig, für sie sei einfach die Gemeinschaft an diesem Morgen so wertvoll.

Anfang 2023 durfte ich die Standortleitung der Abgabestelle Westhalle Thun gemeinsam in einer Co-Leitung übernehmen. Wir dürfen auf ein grossartiges und motiviertes Team mit 26 ehrenamtlichen Mitarbeitenden zählen. Anzupacken, etwas gegen Foodwaste zu tun und all die Begegnungen sind tolle Aufgaben, die uns vom Team genauso bereichern wie die lustigen Situationen, die zwischendurch entstehen. So wurde z.B. einmal ganz speziell aussehender «veganer» Raclettekäse geliefert, worauf uns viele Bezüger und Bezügerinnen ganz skeptisch anschauten und fragten, was denn das Komische sei. Ja, nicht alle Esswaren kommen immer gleich gut an.

Insgesamt fand im Jahr 2023 48 Mal «Tischlein deck dich» mit jeweils 25-56 Einzelpersonen oder Familien pro Woche statt. So freuen wir uns auf ein weiteres Jahr, in dem wir Lebensmittel retten und an armutsbetroffene Menschen verteilen dürfen. Das ist ein grosses Vorrecht.

Nicole Bärtschi



GEMEINSAM WEIHNACHTEN FEIERN

GEMEINSAM STATT EINSAM

Auch am Weihnachtsabend 2023 ging es in der Westhalle wieder feierlich zu und her. Rund 100 Personen, die Weihnachten ansonsten alleine zuhause verbracht hätten, «Gäste» des Bahnhofareals, spontan Dazugekommene, sozial benachteiligte Familien und freiwillige Helfende haben gemeinsam Weihnachten erlebt.

Als Welcome-Drink konnten die Gäste einen edlen Glühmost am wärmenden Feuer geniessen, bevor die Foyertüren fürs Apéro geöffnet wurden.

Nach der Begrüssung und einem Kennenlern-Icebreaker genossen die Erwachsenen das Apéro, währenddessen die kleinen Gäste bereits den eigens eingerichteten Spielraum im OG einnahmen und strahlend auf die Menge im Foyer herunterblickten. Im Verlaufe des Abends entstanden in einem zweiten Raum verschiedene wunderschöne verzierte Lebkuchenkreaturen der etwas älteren Kinder.

Nun ging der Abend den Höhepunkten entgegen – dem Festessen und den künstlerischen Beiträgen. Die Gäste nahmen an den langen fein dekorierten Tischen im Saal Platz und vertieften sich bald in Gespräche, die nur durch das Servieren der kulinarischen Köstlichkeiten unterbrochen wurden. Es folgte eine mit Pantomime untermauerte Geschichte, passend zu Weihnachten und immer wieder feierliche Lieder, die live auf der Bühne performt wurden und zum Mitsingen und Mittanzen einluden.

Dankbar und ein wenig erschöpft vom Feiern und Speis und Trank machten sich dann um 20.00h die ersten Gäste auf den Heimweg. Es durfte auch dieses Jahr ein Geschenk für Gross und Klein nicht fehlen – niemand ging mit leeren Händen nach Hause. Ganz im Sinne von Weihnachten!

Lukas Etter, Leiter Südkurve Thun



Die Freude über die Weihnachtsgeschenke war gross:
Bei den Beschenkten wie auch bei den Schenkenden.



... und das Kulinarikteam leisteten Grossartiges.



TIMEOUT BEI REBERS

EINE AUSZEIT DER BESONDEREN ART

Kein Jahr zum Lachen hatten Rebers. Anfang Jahr musste sich Dorothea während mehreren Wochen von einem Skiunfall erholen und im zweiten Halbjahr war es dann Erich, der mehrere Wochen im Spital und der Reha sein musste. Die gesunde Person, setzte jeweils viel daran, dass ein reduzierter Gästebetrieb in der Timeout-Wohnung stattfinden konnte. So fanden auch in diesem Jahr wieder verschiedene Personen aus Politik, Wirtschaft und Kirche für einige Tage einen Unterschlupf in Rebers Timeout-Oase. Sie nutzten die Zeit zum Innehalten, Krafttanken, Visionieren, Entstehen lassen von Neuem und gingen ermutigt und gestärkt von Einigen zurück in ihren Alltag.

In einem kurzen Interview gibt Dorothea einen Einblick hinter die Kulissen:

Welche Herausforderungen gab es im 2023 für dich?

Meine grosse Herausforderung war herauszufinden, was ein Gast braucht, damit er sich bei uns wohl fühlt. Der fragile Gesundheitszustand von Erich und der Umschwung unter einen Hut zu bringen, forderten mich immer wieder heraus. Auch grosse abgebrochene Äste von alten Bäumen, das Rasenmähen und die Maschinen waren nicht immer nur einfach für mich. Doch wir erfuhren auch immer wieder unerwartete Hilfe, was uns sehr ermutigte.

Was war dein Highlight im 2023?

Neben guten und tiefgehenden Gesprächen sind bei einer Person zwei sehr schöne Lieder auf einen Eindruck im Gespräch entstanden. Diese Person fühlte sich durch den Umschwung und die Stille dieses Ortes gestärkt und inspiriert ihre Arbeit zu tun.

Gab es einen humorvollen Moment, an den du dich zurück erinnerst?

Einmal versuchte ein ausländischer Gast im Fonduecaquelon Toast zu machen, als ich vergass den Toaster hinzustellen. Er meinte, das Fonduegeschirr mit der Paste sei ein Toaster... den fertigen Toast haben wir nie zu sehen bekommen...



Wunderschöne Stimmungen bei Rebers vor dem Haus

KINDER- UND JUGENDARBEIT

HUMOR IM KINDERSOMMERLAGERR

Auch im Sommer 2023 durften wir zusammen mit einem genialen Team zu Beginn der Sommerferien unser Kinderlager durchführen. Einquartiert waren wir in einem Haus mitten in den Walliser Bergen auf 1600 m ü. M.

Gleich zu Beginn ging es mit dem Zug nach Brig, um im Brigerbad gemeinsam Spass zu haben – denn in einem Kindersommerlager darf der Spass auf keinen Fall fehlen. Dieser ist oft ein Türöffner, damit auch der Humor seinen Platz findet. Dies ist nicht ein klar definiertes Ziel, aber für uns als Lagerteam ist es selbstverständlich, Raum für Humor zu schaffen. Ein Kinderlager, in dem nicht viel gelacht wird, ist für mich unvorstellbar.

Im Speziellen war unser Karaokeabend einer der lustigsten dieser Woche. Es kamen sowohl die Teilnehmenden als auch einige Leitende voll in Fahrt. Nebst dem Staunen über die guten Stimmen wurde sehr viel gelacht. Ganz bewusst wurden dazu entsprechende Songs und Performances gewählt.

Etwas weniger humorvoll war, dass die Lagerwoche viel zu schnell zum Ende kam und so stand schon bald einmal der Abschlussabend vor der Tür. Dieser toppte sogar den Karaokeabend! Das klassische «Hühner satteln» (ein Spiel) war auch in diesem Jahr wieder auf dem Programm. Dabei wurde von den Teilnehmenden eine Theaterszene in unterschiedlichen «Arten» aufgeführt. Die Szene wurde zuerst einmal normal vorgetragen und dann von einem definierten Regisseur in unterschiedlichen Arten verlangt. Er forderte nun von den Schauspielenden mehr Action, was von diesen in übertriebener Weise dargestellt wurde, so dass der Regisseur anschliessend etwas mehr Rücksicht auf ältere Leute verlangte. So wurde die Szene wie in einem Altersheim gespielt. Das verlangte natürlich in einem nächsten Durchgang wieder etwas Jugendgerechteres, weshalb die nächste Szene richtig Science-Fiction-mässig daherkam...

So haben wir uns auch in diesem Jahr am Abschlussabend die Bäuche rund gelacht.

Nochmals einen riesengrossen Dank und ein Bravo ans gesamte Lagerteam für den innovativen und gefreuten Einsatz.

Mischa Schären



Ausgelassene Stimmung im Sommerlager im Wallis.



SCHLUSSWORT

In einem Jahr, in dem wir nebst vielen schönen Momenten auch herausfordernden Situationen begegneten, ist es uns beim Verein Lazarus wichtig, den **Humor** zu pflegen. Wir schliessen dabei keineswegs die Augen vor der Not und den Problemen der Menschen, die uns begegnen, sondern vertrauen darauf, dass auch schwierige Lebensstrecken an schöne Orte führen können und wollen aufmerksam auf die Wiesenblumen am Rand des Weges achten.

Unser Engagement für die Menschen in Not hat uns gezeigt, dass ein Lachen inmitten von Schwierigkeiten oft eine gute Medizin ist und einen Perspektivenwechsel ermöglicht. Wir lieben es, in den unterschiedlichsten Situationen eine Atmosphäre zu schaffen, in der Hoffnung, Wärme und ja, sogar ein Lachen gedeihen kann.

«**Humor** im Alltag hofft und glaubt, dass sich nach einem regnerischen Tag die Schönheit eines Regenschirms offenbart.» (Verfasser unbekannt)

Ganz herzlichen Dank für die Mithilfe und Grosszügigkeit aller Mitglieder und Spendenden, aber auch durch die Hilfe der vielen ehrenamtlichen Mitarbeitenden, welche unsere Arbeit ermöglichen.

Und zum Schluss, liebe Leserin und lieber Leser lass mich dir Folgendes mitgeben:

Lache so oft du kannst – das ist die billigste Medizin, es ist wie Aspirin, nur wirkt es doppelt so schnell. Groucho Marx

Gisella Bächli
Projektleitung Lazarus Sozial