

# Humanité

3 | 2023

SRK Kantonalverband  
beider Appenzell

Ergotherapie daheim

Freiburgisches Rotes Kreuz

Ein Garten für ein  
gutes Miteinander

Neuer Ansatz in der  
Entwicklungszusammenarbeit

Stärke durch  
Selbstbestimmung

Psychosoziale Unterstützung in Paraguay

## Ein leichteres Leben für alle

Schweizerisches Rotes Kreuz





## IMPRESSUM

Humanité 3/2023  
August 2023

ISSN 1664-1159

Foto Titel- und Rückseite: Nicolas Righetti

Herausgeber: Schweizerisches Rotes Kreuz,  
Rainmattstrasse 10, Postfach, 3001 Bern  
Telefon 058 400 41 11, info@redcross.ch  
redcross.ch

Spenden: IBAN CH97 0900 0000 3000 9700 0  
Beratung für Legate: Telefon 058 400 42 83

Adressänderungen: spenden@redcross.ch  
oder Telefon 058 400 44 64

Redaktionsadresse: Schweizerisches Rotes Kreuz,  
Redaktion Humanité, Postfach, 3001 Bern  
humanite@redcross.ch  
redcross.ch/magazin-humanite

Redaktion: Tanja Reusser (Redaktionsleitung), Sabrina  
Hinder (allgemeine Kommunikation), Ursula Luder  
(Kommunikation Gesundheit und Integration),  
Katharina Schindler (Kommunikation Internationale  
Zusammenarbeit)

Mitarbeitende dieser Ausgabe: Susanne Brenner,  
Franziska Bundi, Sibylle Dickmann, Karolina Frisch-  
kopf, Maika Paola López Ferreiro, Marco Ratschiller,  
Isabel Rutschmann, Joëlle Scacchi, Gilles Seuret, Jasmin  
Wyrsch, Thomas Zeltner

Abo-Kosten: Das Abonnement kostet CHF 6.–  
pro Jahr und ist für SRK-Gönnerinnen und  
SRK-Gönner im Beitrag enthalten.

Erscheinungsweise: vier Mal jährlich  
Sprachen: Deutsch, Französisch und Italienisch  
Gesamtauflage: 141 569  
Bildrechte aller Fotos ohne Hinweis:  
Schweizerisches Rotes Kreuz

Übersetzungen: Sprachdienst SRK  
Layout, Lektorat und Druck: Vogt-Schild Druck AG,  
Derendingen

Nächste Ausgabe: Dezember 2023



Für die Produktion des Magazins und dieser Beilage wurde  
Recyclingpapier verwendet. Dies schont Ressourcen und  
somit die Umwelt.



gedruckt in der  
schweiz



## INHALT

- 4 **REPORT** Psychosoziale Unterstützung in Paraguay  
**Ein leichteres Leben für alle**
- 8 **REPORT** Paraguay  
**Armut in einem fast vergessenen Land**
- 12 **FÜR SIE DA** SRK Kantonalverband beider Appenzell  
**Ergotherapie daheim**
- 14 **ERLEBT** Freiburgisches Rotes Kreuz  
**Ein Garten für ein gutes Miteinander**
- 16 **EINBLICK** Neuer Ansatz in der Entwicklungszusammenarbeit  
**Stärke durch Selbstbestimmung**
- 18 **ENGAGIERT** Samariter-Seniorengruppe SAMSEN  
**Aktiv hilfsbereit bleiben**
- 23 **VOR ORT** Augengesundheit in Kirgistan  
**Neue Perspektiven**
- 26 **IM GESPRÄCH** Rotkreuz-Ferien  
**Eine unbeschwerte Erlebniswoche**
- 29 **ALLERWELTSGERICHTE** Rezept aus Paraguay  
**Sopa Paraguaya (Paraguayische «Suppe»)**
- 30 **KREUZ & QUER**  
**Rätsel/Cartoon**



## Warum ich mich für das SRK einsetze

Liebe Leserin, lieber Leser

Kennen Sie das? Es kommt im Leben oft anders als geplant. Sie spüren diese innere Gewissheit, die Ihnen hilft, die veränderte Ausgangslage mit einem neuen Blick anzuschauen und die richtige Entscheidung zu treffen. So war es, als ich darum gebeten wurde, an der Rotkreuzversammlung vom 24. Juni 2023 als Präsident des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK) zu kandidieren. Ich habe dieses ehrenvolle Amt nicht angestrebt. Vielleicht fragen Sie sich nun, was einen 75-Jährigen antreibt, diese Herausforderung anzunehmen?

Ich habe noch nie so viele Menschen in Not erlebt wie in diesen Jahren. Die Welt braucht uns: Sie als Spenderin oder Spender und das Rote Kreuz als humanitäre Organisation. Deshalb will ich mit Herzblut meine Lebenserfahrung als Mediziner, Jurist und Führungsperson beim Bund für das SRK einbringen. Das will ich so tun wie in meinem bisherigen Berufsleben: authentisch und als hoffentlich stets aufmerksamer Zuhörer. Ich bin überzeugt, dass Führen eine Team-Arbeit ist.

Beim Durchblättern dieses Magazins bin ich mir einmal mehr bewusst, dass wir Teil sind eines wirkungsstarken, geschichtsträchtigen Netzwerks. Wir sind die nationale Rotkreuz-Gesellschaft der Schweiz in der weltumspannenden Rotkreuz- und Rothalbmond-Bewegung. Für Ihr Vertrauen als Spenderin und Spender in unsere Arbeit – auch in turbulenten Zeiten – danke ich Ihnen von Herzen. Seien Sie versichert, dass ich mich mit Hingabe und meiner Erfahrung für die Verletzlichen einsetze.

Herzliche Grüsse

Thomas Zeltner  
Präsident des Schweizerischen Roten Kreuzes

Psychosoziale Unterstützung in Paraguay

# Ein leichteres Leben für alle

Die Rotkreuz-Freiwillige Yannylce Ortiz, 41, freut sich, dass es Juana Goiris Giménez (links) immer besser gelingt, Gegenstände zu greifen. Die 39-Jährige lebt mit einer ausgeprägten Form von Autismus. Die Eltern waren fast vier Jahrzehnte mit der Betreuung ihrer Tochter ohne Kenntnisse über Autismus auf sich gestellt. Sie litten still. In nur einem Jahr hat die passionierte Rotkreuz-Freiwillige und ausgebildete Psychologin mehr erreicht, als sich alle vorstellen konnten.



TEXT: FRANZISKA BUNDI  
FOTOS: NICOLAS RIGHETTI

Im kleinen Dorf *Laguna negra* in Paraguay wächst Juana Goiris Giménez als jüngstes von sieben Geschwistern auf. Die 39-Jährige lebt bei den Eltern, die im hohen Alter für sie sorgen. Josefa Giménez und Juan Goiris fällt früh auf, dass Juanita – wie sie ihre Jüngste liebevoll nennen – anders ist und kaum Fortschritte macht. Als ihre Juanita 12 Jahre alt ist, erhalten sie die Diagnose einer Autismus-Spektrum-Störung (ASS). Autismus kommt aus dem Griechischen und bedeutet «sehr auf sich bezogen sein». Doch das erklärt den Eltern niemand, auch nicht, was ihre Tochter brauchen würde. Die mittellose Familie kann es sich nicht leisten, eine spezialisierte Ärztin oder einen Arzt aufzusuchen. Die Eltern leiden fast vierzig Jahre lang still. Vor rund einem Jahr besucht die Rotkreuz-Freiwillige Yannylce Ortiz die Familie zum ersten Mal. Sie ist Psychologin mit

einer Spezialisierung für Kinder, die von einer ASS betroffen sind. «Als ich Juanita kennenlernte, war sie untergewichtig und dehydriert. Sie trug keine Kleider», erzählt sie. Die Eltern hatten das Haus mit Stoffen blickdicht abgeklebt. Die über 80-jährigen Eltern waren am Rande ihrer Kräfte, weil sie kaum schlafen konnten. Hinzu kamen die schwer zu ertragenden Stunden, in denen Juana Goiris Giménez nicht mit Schreien aufhörte. Wenn die Eltern nicht mehr weiter wussten, schlossen sie ihre Tochter in ein Zimmer ein, in dem nur eine Matratze war, damit sie sich nicht selbst verletzte.

### Wie ein Wunder

Die Psychologin fragt die Mutter beim ersten Besuch: «Wie merkst du, dass Juana hungrig oder durstig ist?» Sie erfährt, dass es niemand weiss, da Juana Goiris Giménez nicht spricht. Die Mutter flösst ihr über den Tag verteilt mit einem Löffel Wasser ein und füttert ihre Tochter. Kleider reisst sich die 39-jährige Frau kurzum

wieder vom Leib. «Aufgrund einer hohen Sensibilität ertragen viele ASS-Betroffene den Stoff auf der Haut nicht», erklärt Yannylce Ortiz. Die 41-jährige Psychologin hat selber einen Sohn mit einer ASS und weiss, dass die Therapien für die von Armut betroffene Familie unerschwinglich sind. «Die erste Zeit war sehr schwierig», betont sie. Man merkt ihr deutlich an, wie nahe ihr das Schicksal der Familie geht, die sich fast 40 Jahre lang allein durchkämpfen musste und mangels Aufklärung von den Dorfbewohnenden ausgegrenzt wurde.

## Abklärungen ergeben, dass Juana Goiris Giménez die höchste Stufe von Autismus hat.

Die Rotkreuz-Freiwillige besucht die Familie jeden Mittwochabend nach einem ausgefüllten Tag als Psychologin in der Praxis. Abklärungen ergeben, dass Juana Goiris Giménez die höchste Stufe von Autismus hat. Yannylce Ortiz erreicht, dass ohne Konsultation in der Stadt ein Psychiater die Rezepte für die dringend benötigten Medikamente ausstellt. Behutsam gewöhnt Ortiz die von der ASS betroffene Frau daran, Kleider zu tragen, indem sie ihr zuerst für kurze Zeit ein weiches Tuch über die Schultern legt. Später folgt ein Ganzkörper-Pyjama mit Reissverschluss am Rücken, den sich ihre Patientin nicht selbst ausziehen kann. Heute trägt Juana Goiris Giménez wie alle Frauen im Dorf einen Rock und ein T-Shirt. Ortiz arbeitet zu Beginn mit dem, was sie im Haus findet. Mit einer Orange trainiert sie die Feinmotorik der 39-Jährigen und versucht Blickkontakt herzustellen. Die Rotkreuz-Freiwillige zeigt der Mutter, wie sie täglich die versteiften Hände der Tochter massieren kann. Nun trinkt Juana Goiris Giménez selbstständig einen Becher Wasser, wenn sie Durst hat. Durch die Medikamente wird sie ruhiger und schläft endlich die Nächte durch. Es dauert zwei Wochen,



Was die Rotkreuz-Freiwillige bewirkt hat, ist für die Eltern wie ein Wunder



Fast vierzig Jahre lang fütterte Josefa Giménez ihre Tochter, entsprechend stark ist die Abhängigkeit und Vertrautheit



Yannilce Ortiz (links) im Gespräch mit den Schwestern, die ihre Mutter fortan bei der Betreuung stärker entlasten sollten



Vater Juan Goiris ist Musiker, trotzdem spielte er seiner Tochter nie auf der Gitarre vor – jetzt weiss er, dass sie die Musik mag



Dank dem Roten Kreuz haben die Dorfbewohnenden ihre Vorurteile und Ängste gegenüber der Autistin abgelegt

bis die Mutter nicht mehr aus dem Schlaf schreckt. «Gehen die Medikamente aus, bezahle ich sie manchmal selber», sagt Yannilce Ortiz. Als sie mit Juana Goiris Giménez erstmals nach draussen geht, ist diese überwältigt von den Eindrücken. «Die Kinder im Dorf haben Angst vor Juana, deshalb haben wir uns nicht getraut», erzählt Josefa Giménez.

### Gegen Gewalt und Ausgrenzung

Als Ortiz sieht, wie die Kinder beim Anblick der 39-jährigen Frau wegrennen, ruft sie ihre Kolleginnen und Kollegen vom Roten Kreuz an. Sie organisieren ein Treffen mit der Dorfbewölkerung und klären über Autismus auf. Ein Junge sagt, er habe Angst, dass Juana ihn hole und er mit ihr im Zimmer eingeschlossen werde. Wie sich herausstellt, benutzten die Mütter diese Drohung, damit die Kinder gehorchten.

Nun nimmt Juana Goiris Giménez an den Rotkreuz-Aktivitäten im Dorf teil und geht mit Ortiz regelmässig spazieren. Endlich ist sie akzeptiert, so wie sie ist. Die Rotkreuz-Freiwilligen beginnen im Dorf mit Workshops zu «psychologischer Erster Hilfe für Kinder». Sie haben von den Kindern erfahren, dass es normal für sie sei, wenn Mama und Papa sie schlagen. «Es ist die einzige Möglichkeit, sie zu erziehen», argumentieren die Mütter. Das hätte ihnen als Kind auch nicht geschadet. Das Rote Kreuz beginnt mit der Sensibilisierungsarbeit, um die Gewaltspirale zu stoppen. Es gelingt, das Schweigen zu brechen: In den Workshops für Erwachsene erzählen die Frauen von ihrem Leid, von häuslicher Gewalt und sexuellem Missbrauch. Die Rotkreuz-Freiwilligen klären Kinder und Frauen über ihre Rechte auf. Sie geben

ihnen die Notrufnummer, um Vorfälle zu melden und sich beraten zu lassen. Josefa Giménez und Juan Goiris staunen, was Yannilce Ortiz in so kurzer Zeit bewirkt hat. Sie sind glücklich, dass es ihrer Tochter so viel besser geht. Die Eltern Herzen die Rotkreuz-Freiwillige. «Mit Umarmungen und Worten zeigen wir unsere Dankbarkeit», sagt der Vater. Doch wer kümmert sich um ihre Juanita, wenn sie es nicht mehr können? «Das ist meine grösste Sorge, jeden Tag», sagt Josefa Giménez. Wieder ist es die Rotkreuz-Freiwillige, die bei den Vorbereitungen hilft. Sie will erreichen, dass die Geschwister sich vermehrt um ihre Schwester kümmern. Yannilce Ortiz ist zuversichtlich. Sie ist stolz auf das, was sie für Juana Goiris Giménez und ihre Eltern erreicht hat: «Als Mutter, Rotkreuz-Freiwillige und Psychologin», wie sie lächelnd sagt. ■

# Armut in einem fast vergessenen Land

**Kaum jemand denkt im Zusammenhang mit Armut an Paraguay. Doch ein grosser Teil der Bevölkerung ist betroffen. Auch häusliche Gewalt und psychischer Stress sind überdurchschnittlich häufig. Das Engagement des lokalen Roten Kreuzes für psychische Gesundheit ist umso wichtiger und wird sogar international gewürdigt.**



Beim Spielen und Malen wird das soziale Verhalten der Kinder gefördert

TEXT: FRANZISKA BUNDI  
FOTOS: NICOLAS RIGHETTI

Paraguay ist rund zehnmals grösser als die Schweiz, zählt aber nur eine Bevölkerung von rund 7,5 Millionen. Benannt ist es nach dem mächtigen Fluss Paraguay, der das Land in zwei Teile trennt. Im Westen liegt das ökologisch wertvolle, flächenmässig grössere Gebiet des Chaco mit Trockenwäldern und Dornbüschen. Doch fast 95 Prozent der Bevölkerung lebt im kleineren östlichen Teil, wo Grasebene und bewaldete Hügel das Landschaftsbild prägen. Die *Paraguayos* sind stolz auf ihre Kulturerbe und pflegen das *Guaraní*, die Sprache der indigenen Bevölkerung. Neben Spanisch gilt es als zweite Amtssprache. Die meisten Menschen sprechen *Jopará*, ein Mix der beiden Sprachen.

## Die Kluft zwischen arm und reich

Nach Bolivien ist Paraguay eines der ärmsten Länder Südamerikas. Von Armut betroffen sind vor allem die Menschen auf dem Land. Paraguay erlebte zwar einen wirtschaftlichen Aufschwung, doch die sozialen Ungleichheiten nahmen sogar zu. Aufgrund der Corona-Pandemie und wegen Ernteverlusten, verursacht durch klimabedingte Extremwetter-Ereignisse, stieg die Armut jüngst an. Die Inflation treibt die Lebenskosten in die Höhe. Agrar- und Viehwirtschaft dominieren die Wirtschaft. Das Land gehört nur wenigen Grossgrundbesitzern. Diese Verhältnisse fördern die extreme Ungleichverteilung von Vermögen und Einkommen. Trotz jährlichem Wachstum der Exportlandwirtschaft konnte die ländliche Armut nicht überwunden werden. Hinzu kommen die Schäden durch den

massiven Einsatz von Pestiziden, die Böden und Wasser vergiften. All dies führt dazu, dass immer mehr Menschen Zuflucht in den Städten suchen und besonders indigene Familien unter Ernährungsunsicherheit leiden. Der Staat investiert wenig in Umweltschutz, Infrastruktur, Bildung oder in das Gesundheitswesen. Seit 1977 unterstützt das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) seine Paraguayische Schwestergesellschaft, vor allem nach Katastrophen. Diese nahmen klimabedingt stetig zu. Seit 2004 ist das SRK als einzige unterstützende nationale Rotkreuz-Gesellschaft mit einer Delegation vor Ort vertreten. Seit zwei Jahren verstärkt das SRK seine Zusammenarbeit mit dem verhältnismässig kleinen Paraguayanischen Roten Kreuz (PRK). Gemeinsam wollen das PRK und das SRK die Dienstleistungen und das Management der Zentrale sowie der Zweigstellen verbessern.

## Wichtige Rotkreuz-Gesellschaft

Das PRK engagiert sich für die mentale Gesundheit und psychosoziale Unterstützung. Psychische Störungen, Suizide und häusliche Gewalt haben in der Corona-Pandemie stark zugenommen. Viele Menschen haben Angehörige verloren. Die Schulen blieben anderthalb Jahre lang geschlossen. «Der Stresslevel war extrem hoch, als die Kinder in die Schule zurückkehrten», berichtet Victor Benitez, Psychologe und Bereichsleiter Gesundheit des PRK. Das PRK bildet Freiwillige aus, die an Schulen und in Dörfern Workshops zu *Psychologischer Erster Hilfe für Kinder* durchführen.



KURZ BEFRAGT

ALBINO PORTILLO



Der 60-Jährige ist seit 2007 Delegierter des SRK in Paraguay. Er ist in der Hauptstadt Asunción aufgewachsen und hat eine Ausbildung als Agrar-Ingenieur.

Warum braucht es die Unterstützung des SRK in Paraguay?

Das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) engagiert sich als einzige Rotkreuz-Gesellschaft in Paraguay. Obwohl es bei uns sehr viele Menschen gibt, die als besonders verletzlich gelten, und der Bedarf nach Unterstützung im Gesundheitsbereich sehr hoch ist. Das Paraguayische Rote Kreuz (PRK) und mit ihm auch das SRK tragen entsprechend viel Verantwortung. Wir schliessen Lücken in den Bereichen der Gesundheit und der Katastrophenvorsorge.

Wie arbeiten das SRK und das PRK zusammen?

Wir stärken das PRK als ganze Organisation, damit es seinen humanitären Auftrag im Land möglichst selbstständig erfüllen kann. Es hat erst vor Kurzem eine Krise erfolgreich überwunden. Nun baut das PRK seine Kapazitäten aus und verbessert sein Management. Bei diesem Prozess lässt das SRK sein Wissen über Methoden und Strategien einfließen. Wir arbeiten dazu eng mit der internationalen Föderation der Rotkreuz- und Rothalbmond-Gesellschaften und dem IKRK zusammen.

Was möchtest du den Spenderinnen und Spendern in der Schweiz mitteilen?

Vielen Dank, dass ihr auch ein kleines, weit entferntes Land unterstützt. Das ist sehr wichtig für das PRK und es konnte schon grosse Fortschritte erzielen. Seine Freiwilligen sind grossartig. Sie drängen darauf, sich für die am meisten gefährdeten Bevölkerungsgruppen zu engagieren. Doch auch bei uns macht sich der Klimawandel stärker bemerkbar. Wir haben längere Dürreperioden mit extremen Temperaturen und müssen Waldbrände bekämpfen. Auch Überschwemmungen nehmen zu. Wie überall sind es die Ärmsten, die darunter am meisten leiden. Also, danke für jede weitere Unterstützung!



Wie geht es mir? Die Schulkinder werden ermuntert, ihre Gefühle mitzuteilen



«Wir schulen Lehrpersonen, damit sie Alarmsignale bei Kindern erkennen.»

VICTOR BENITEZ, PSYCHOLOGE UND BEREICHSLEITER GESUNDHEIT PARAGUAYISCHES ROTES KREUZ

Schon im Kindergarten lernen die Kinder, sich gegenseitig zu helfen und ihre Gefühle auszudrücken. Bemerkten sie, dass es einem anderen Kind nicht gut geht, fragen sie nach, hören zu und schlagen vor, sich einer erwachsenen Vertrauensperson mitzuteilen. «Wir geben den Kindern ein Instrument in die Hand, mit dem sie sich frei äussern können, und beugen so Gewaltsituationen vor», erklärt Benitez. Das Rote Kreuz schult Lehrpersonen, wie sie Alarmsignale bei Kindern erkennen. Weiter unterstützt es sie, Achtsamkeit in ihren anspruchsvollen Alltag zu integrieren. Workshops zu *Psychischer Gesundheit für Erwachsene* richten sich an Lehrpersonen

und Eltern. Die Unterstützung aus der Schweiz sei wichtig, denn das Rote Kreuz bringe oft ein Lächeln dorthin, wo keines war, so der Gesundheits-Experte. Landesweit schulte das Rote Kreuz bisher 77 Freiwillige für diese anspruchsvolle Arbeit. Es baut ein Netzwerk von Freiwilligen auf, die es in Notsituationen und für längerfristige Einsätze anbieten kann. Für seine hervorragende Arbeit in diesem Bereich erhielt das PRK eine Auszeichnung von der Internationalen Föderation der Rotkreuz- und Rothalbmondgesellschaften. Seine Erfahrungen gibt das PRK nun an das Argentinische und Uruguayische Rote Kreuz weiter. ■



Die Rotkreuz-Freiwilligen sorgen in der Schule mit Gesang und Tanz für eine gute Stimmung – im Rollenspiel zeigen sie, wie man einer Kollegin helfen kann, die weint

# Nicht die Welt verändern, sondern das Investment.



Schweizerisches Rotes Kreuz



Mit dem Swisscanto (CH) Bond Fund Sustainable Global Aggregate Swiss Red Cross (ISIN: CH0511961432) kombinieren Sie eine nachhaltige Geldanlage mit humanitären Projekten. An Ihrem Anlageerfolg beteiligen Sie das Schweizerische Rote Kreuz. Fondsanteile können direkt bei Ihrer Hausbank gezeichnet werden.  
[swisscanto.com/roteskreuz](https://www.swisscanto.com/roteskreuz)



Swisscanto

by Zürcher Kantonalbank

**Rechtliche Hinweise:** Diese Publikation dient Werbezwecken. Sie stellt weder ein Angebot noch eine Empfehlung zum Erwerb, Halten oder Verkauf von Finanzinstrumenten oder zum Bezug von Produkten oder Dienstleistungen dar, noch bildet es eine Grundlage für einen Vertrag oder eine Verpflichtung irgendwelcher Art. Alleinverbindliche Grundlage für den Erwerb von Fonds sind die aktuellen Fondsdokumente (z.B. Fondsverträge, Prospekte, wesentliche Anlegerinformationen bzw. Basisinformationsblätter sowie Geschäftsberichte), welche bei der Swisscanto Fondsleitung AG, Bahnhofstrasse 9, 8001 Zürich kostenlos bezogen werden können.

## Rotkreuzpreis 2023 für SAO Association



Die SAO Association gewinnt den mit 30000 Franken dotierten Rotkreuzpreis 2023 für humanitäre Leistungen besonderer Qualität. Die Organisation leistet in Griechenland Hilfe für Frauen auf der Flucht und betreibt unter anderem zwei Tageszentren mit einem professionellen psychosozialen Unterstützungsprogramm. Dank dem Team rund um Vereinsgründerin Raquel Herzog – links im Bild mit Ursula Forrer vom Rotkreuzrat – erhalten Frauen unterschiedlicher Herkunft eine Zukunftsperspektive. Der diesjährige Förderpreis im Wert von 5000 Franken geht an den Verein Mazay, eine Organisation von über 100 Freiwilligen in Bern. Der Verein wird für sein Engagement zur sozialen Integration von Asylsuchenden und Geflüchteten mit dem Preis ausgezeichnet.



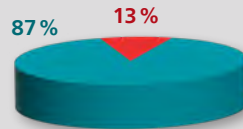
## SRK Jahresbericht 2022

Am 24. Juni verabschiedete die Rotkreuz-Versammlung die Jahresrechnung 2022 des Vereins Schweizerisches Rotes Kreuz (SRK). Das letzte Jahr war geprägt von aussergewöhnlicher Solidarität mit den Menschen, die aufgrund des Krieges in der Ukraine fliehen mussten oder vertrieben wurden. Das Engagement des SRK im In- und Ausland musste in kurzer Zeit darauf ausgerichtet werden. Als zertifizierte Organisation berechnet das SRK nach der Methode der Zewo, wie gross der Anteil ist, der für Hilfeleistungen eingesetzt wird. Mit rund 87 Prozent ist dieser leicht höher als in früheren Jahren und liegt über dem Durchschnitt der zertifizierten Hilfswerke, den die Zewo mit 81 Prozent ermittelt hat. Rund 13 Prozent benötigt das SRK für seine Administration und seine Mittelbeschaffung.



[redcross.ch/jahresbericht-2022](https://redcross.ch/jahresbericht-2022)

**Aufwand für Hilfeleistungen**  
**Aufwand für Administration & Mittelbeschaffung**



## 65 Jahre Pflegehelfende SRK

1958 wurde der erste Kurs zur damaligen Spitalhelferin SRK angeboten. Während den ersten zehn Jahren war die Ausbildung nur Frauen vorbehalten. Das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) schlug vor, dass zur Entlastung des qualifizierten Pflegepersonals hauswirtschaftliche Aufgaben von Hilfspersonal übernommen werden. 1975 entschied das SRK, sich vermehrt in der Spitex zu engagieren, da immer mehr ältere Menschen ohne jüngere Angehörige wohnten. Das Freiburgerische Rote Kreuz zeichnete den Weg vor, indem es in Zusammenarbeit mit den Gemeinden und Bezirken eine Spitexorganisation aufbaute. Die traditionell weibliche Arbeit in der Pflege war bis Ende

der 1970er-Jahre grösstenteils unbezahlt. Nur ein Drittel der Pflegehelfenden verfügte zu dieser Zeit über einen Arbeitsvertrag. Man ging damals davon aus, dass eine Frau nicht auf ein eigenes Einkommen angewiesen ist und sich freiwillig für das Gemeinwohl einsetzt. Anfang der Achtzigerjahre wurde es zur Regel, dass die Pflegehelfenden eine Entschädigung erhielten. Die Pflegehelfenden SRK waren damals mehrheitlich Schweizerinnen und gehörten der Mittelschicht an. Heute weisen 30% einen Migrationshintergrund auf. Viele sind Frauen, die auf diesem Weg einen Wiedereinstieg nach der Familienpause wagen. Der Kurs ist eine Chance für Erwachsene, die keine Ausbildung haben, zeitweise keine Erwerbstätigkeit ausüben konnten oder den Quereinstieg in die Pflege suchen.





Die Ergotherapeutin streckt die verkrampften Finger auf der gelähmten Seite



Monika Ulmann trainiert unter Anleitung von Tabea Flotron

SRK Kantonalverband beider Appenzell

# Ergotherapie daheim

**Dank Ergotherapie machen Menschen trotz einer körperlichen oder geistigen Beeinträchtigung oft erstaunliche Fortschritte. Ein Beispiel dafür ist der 80-jährige Martin Riegg, der abgelegen auf dem Land wohnt. Er ist dankbar, dass er zu Hause von der Ergotherapie profitieren kann. In der Wohnung von Monika Ulmann findet die Ergotherapeutin Lösungen für selbstständiges Wohnen.**

TEXT: SIBYLLE DICKMANN  
FOTOS: BERNARD VAN DIERENDONCK

Am Waldrand grasen die Rehe. Eine schmale Strasse führt zum Holzhaus des Ehepaars Riegg im idyllischen Appenzellerland. Noch weiter oben befindet sich der Hof, den der Sohn übernommen hat. Jahrelang stieg Martin Riegg den Weg hinauf, um dem Sohn im Stall zur Hand zu gehen. Doch im Februar 2014 wurde auf einen Schlag alles anders. Der nun 80-jährige erlitt eine Hirnblutung. Seither ist er

halbseitig gelähmt und auf die Hilfe seiner Frau angewiesen. Jahrelang fuhr sie ihn zur Ergotherapie ins Dorf. «Mittlerweile habe ich die Kraft nicht mehr, mit meinem Mann in die Praxis hinunterzufahren», erzählt Rosmarie Riegg, die ihren Mann pflegt.

### Ergotherapie auf dem Land

Die Ergotherapeutin Tabea Flotron, 33, des SRK-Kantonalverbands beider Appenzell fährt einmal die Woche zu Rieggs nach Hause. Die Begrüssung ist herzlich,

die Küche duftet nach Rhabarberkuchen. Martin Riegg freut sich sichtlich über den Besuch. Tabea Flotron massiert den gesunden, muskulösen Arm und erklärt: «Der ist überstrapaziert, weil er die gelähmte Seite ersetzen muss.» Den gelähmten Arm bewegt die Therapeutin sanft bis zur Schultermuskulatur. Mit einer aufblasbaren Manschette streckt sie die verkrampften Finger der gelähmten Hand. Während der Arbeit stellt Tabea Flotron ihrem Klienten immer wieder Fragen, um ihn zum Erzählen zu animieren.



Ihr Gleichgewicht zu halten

## Ergotherapie im Dorf

Auch Monika Ulmann in Appenzell freut sich auf den Besuch von Tabea Flotron. Die 74-Jährige erlitt ebenfalls einen Schlaganfall und ist auf den Rollstuhl angewiesen. Sie zog in ein Altersheim, wurde dort aber nicht glücklich. Nun lebt sie wieder in ihren eigenen vier Wänden. «Ohne Tabea wäre das nicht möglich gewesen.» Dank Tabea Flotron konnte Monika Ulmann das grösste Hindernis für selbstständiges Wohnen beseitigen. «Hier am Bett hat Tabea eine Stange befestigt», erklärt Monika Ulmann. Am Bettrand und auf dem Nachttischchen sind mit Klebstreifen Markierungen angebracht. Monika Ulmann demonstriert das Vorgehen: «Ich fahre genau hierher. Dann bringe ich das Bett auf die gleiche Höhe wie das Nachttischchen.» Ulmann legt ein Päckchen Taschentücher als Wasserwaage zwischen Tisch und Bett. Sie fasst mit dem gesunden Arm kräftig die Haltestange: «So kann ich mich mit einem Schwung ins Bett hieven.» Sagt's, und macht's vor. In einem solchen Moment denke sie häufig: «Jetzt bloss nicht hinunterfallen.» Einmal ist sie tatsächlich zwischen Toilette und Rollstuhl gefallen und lange gelegen. «Wer eine solche Erfahrung gemacht hat, braucht viel Mut, wieder etwas zu wagen», sagt Tabea Flotron. Damit sich Monika Ulmann wie-

der sicherer fühlt, macht Tabea Flotron mit ihr Übungen. Sie hilft ihr, am Tisch aus dem Rollstuhl aufzustehen und Ringe über einen Kegel zu legen. Sorgsam und mit leichter Hand hilft ihr Tabea Flotron, das Gewicht nach links und rechts zu verlagern. «Es sieht einfach aus, ist es aber nicht», sagt Monika Ulmann, als sie wieder im Rollstuhl sitzt. Sie muss sich nach der Anstrengung einen Moment sammeln. Ihren gelähmten Arm spürt sie kaum mehr. «Einmal bin ich drauf gesessen, das hat wehgetan», meint sie trocken. Ihr Humor täuscht nicht darüber hinweg, dass ihr die Einschränkungen zu schaffen machen. Sie ist froh, dass ihr Tabea Flotron hilft, den Arm zu mobilisieren und etwas anzuheben. «So kann ich den Pulli selbst anziehen.» Auch das ein wichtiges Kriterium für unabhängiges Wohnen. Leider ist die Eingangstür zum Wohnblock so schwer, dass sie sie nicht aufdrücken kann. Doch weil sie viele Bekannte hat, findet sie auch dafür meist eine Lösung. «Ich sehe dich auf jeden Fall häufig im Dorf», neckt sie Tabea Flotron, die sich für ihre Klientin freut, dass selbstständiges Wohnen wieder möglich ist. ■

«Sein Hirn funktioniert sehr gut, einfach etwas langsamer.» Sie hilft Martin Riegg langsam beim Aufstehen, korrigiert seine Haltung, zieht die Schultern nach hinten und hebt seinen Kopf, damit er durchs Fenster ins Tal sehen kann. Plötzlich sieht er jünger aus. Die Freude blitzt aus den Augen des stolzen Appenzeller Bauern. «Wenn Tabea da war, dann ist mein Arm so leicht, als würde er davonfliegen.»



Im Appenzell leben viele abgelegen und sind dankbar für das mobile Angebot des SRK

## ERGOTHERAPIE

Ergotherapie stellt die Handlungsfähigkeit eines Menschen in den Mittelpunkt. Sie kann Menschen mit einer körperlichen oder geistigen Beeinträchtigung helfen, verschiedene Aktivitäten des täglichen Lebens wieder zu meistern oder zu erleichtern. Bei ärztlicher Verordnung sind die Kosten durch die Grundversicherung der Krankenkasse gedeckt. Nach einem Unfall werden die Kosten von der jeweiligen Unfallversicherung übernommen. Ergotherapie gibt es in der ganzen Schweiz, in einigen Kantonen wird Ergotherapie durch einen SRK-Kantonverband angeboten.



[redcross.ch/ergotherapie](https://redcross.ch/ergotherapie)

# Ein Garten für ein gutes Miteinander

**Beim Schloss Bulle befindet sich der Gemeinschaftsgarten des Freiburgischen Roten Kreuzes. Früher wurde er von Mönchen bewirtschaftet, heute tun dies Rotkreuz-Freiwillige und die verantwortliche Gärtnerin Sophie Vallélian. Der Garten ist zu einem wichtigen Ort für die soziale Integration geworden.**

TEXT: JOËLLE SCACCHI  
FOTOS: NICOLAS RIGHETTI

«Hast du schon einmal rohe Erbsen probiert? Die schmecken gut, süss, oder?», fragt Sophie Vallélian, 50, die kleine Melina. Das dreieinhalbjährige Mädchen nickt. Am Mittwochnachmittag kommt es in den Garten, begleitet von seiner Mutter Wahida Mahmda, die aus Syrien stammt. Gerade haben die beiden Erdbeeren gepflückt, die hier einen ganz besonderen Geschmack haben. Die Nachmittage im Gemeinschaftsgarten des Freiburgischen Roten Kreuzes in Bulle vergehen wie im

Flug. Während die Freiwilligen am Gärtnern sind, können die Kinder auf Gemüsejagd gehen, Zvieri essen, den Barfussparcours machen, in den Weidentipis Verstecken spielen oder einfach in der grossen Anlage herumstrolchen. Sophie Vallélian, die Verantwortliche für den Garten, hat für die Kinder sogar kleine Hühner mitgebracht, die besonders zutraulich sind. Da sie leicht ausreissen könnten, müssen sie von den Kindern gehütet werden. Der Garten ist ein geschützter Ort mitten in der Stadt, wo auch Passantinnen und Passanten vorbeikommen. Hie und da gönnen sich diese auch ein paar Erdbeeren.

Der Gemeinschaftsgarten des Freiburgischen Roten Kreuzes steht allen offen. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Sophie Vallélian erklärt: «Der Garten ist ein Ort für Begegnungen. Migrantinnen und Migranten kommen in Kontakt mit der übrigen Bevölkerung, die Generationen vermischen sich. Er ist ein wichtiger Ort, der zum sozialen Zusammenhalt beiträgt.» Es gibt noch weitere Vorteile: «Gärtnern und der Geruch der Erde wirken beruhigend. Die Tagesklinik kommt jeden Dienstag mit kleinen Gruppen von fünf Personen, die verschiedene psychische Leiden haben.» Gerade heute, nachdem es leicht geträpelt hat, duftet die warme Luft besonders intensiv nach Erde. Aber diese paar Tropfen sind nicht genug, um das Giessen auslassen zu können.

**Der Gemeinschaftsgarten des Roten Kreuzes fördert den sozialen Zusammenhalt.**

Die aufziehenden Wolken halten die Freiwilligen nicht von ihrer Arbeit ab. Sophie Vallélian ist ausgebildete Gärtnerin und koordiniert und verteilt die Aufgaben: umgraben, giessen, pflanzen, pikieren, säen... Arbeit ist genug da. Freiwillige der ersten Stunde stehen bereit: Béatrice Kull und Marie Mazet, die vor dreieinhalb Jahren geholfen haben, den damals verwahrlosten Garten wieder herzurichten. Jihan Malak und ihre Schwägerin Haifa Suleiman – beide aus Syrien – sind mit



Mag den Umgang mit Menschen und mit Pflanzen: Sophie Vallélian (links), die verantwortliche Gärtnerin des Freiburgischen Roten Kreuzes



Die dreijährige Melina zeigt Sophie Vallélian die frisch gepflückten Erbsen

ihren elfjährigen Töchtern Amira und Raschel gekommen. Martine Deillon ist wie fast jeden Mittwoch mit ihrem Enkel Robin im Garten. Und auch die Betreuerinnen der Kita haben mit einer kleinen Gruppe von vier- bis fünfjährigen Kindern vorbeigeschaut.

### Im Laufe der Woche besuchen unterschiedliche Gruppen jeden Alters den Garten.

Die Verantwortliche hat die Planung im Griff. Im Laufe der Woche besuchen weitere Gruppen jeden Alters den Garten. Für Menschen im Rollstuhl hat sie passende Hochbeete angelegt. In anderen, aus Weidenruten geflochtenen Hochbeeten gedeihen Kürbisse und Zucchini. So können ältere Menschen gärtnern, ohne sich bücken zu müssen. Der Garten ist ein Lernort: «Wir ziehen gemeinsam Setzlinge. Wir nehmen Saatgut von unserem Gemüse, beispielsweise Bohnen, und machen eigene Setzlinge. Diese sind besser angepasst und robuster als die gekauften», sagt Sophie Vallélian. Sie gehört zu den Saatgutproduzentinnen des Glanebezirks, die Samen von Generation zu Generation weitergeben. Palmkohl und Chicorée werden deshalb bis zur Versamung stehen gelassen. Die geernteten Samen teilt sie dann mit den anderen Saatgutproduzentinnen. Der Garten wird nach den Grundsätzen der Permakultur und biologisch bewirtschaftet. Permakultur ist eine Anbaumethode, welche sich auf den natürlichen Kreislauf der Natur bezieht.

«Es ist mehr, als sich nur um den Boden zu kümmern. Es geht auch darum, den Menschen Sorge zu tragen. Es ist wichtig, dass wir auch für uns selbst Instrumente haben, um beispielsweise mit Konflikten umzugehen», erklärt Sophie Vallélian. Um die jüngeren Generationen an die Natur heranzuführen und ihr Umweltbewusst-

sein zu stärken, werden auch Schulklassen zum Besuch im Garten eingeladen. Meistens kommen die Lehrpersonen zweimal jährlich mit ihren Erst- oder Zweitklässlern vorbei. Die Gärtnerin zeigt ihnen, wie sie Brote mit Borretsch- oder Kapuzinerblüten verzieren oder Hummelhotels bauen können. Die Kinder können im Garten auch Insekten mit der Lupe beobachten. Und manchmal lesen ihnen ältere Frauen im Gras Geschichten vor. Eine richtige Idylle. ■



▲ Freiwillige wie Martine Deillon (links) und Jihan Malak (rechts) pflegen den Garten



◀ Die zutraulichen Hühner werden von den Kindern gehütet und lassen sich streicheln

Neuer Ansatz in der Entwicklungszusammenarbeit

# Stärke durch Selbstbestimmung

**Eine gut organisierte, starke Rotkreuz- oder Rothalbmondgesellschaft reagiert schneller und effizienter auf eine Krise oder Katastrophe. Sie kennt zudem die lokalen Bedürfnisse. Das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) richtet seine Entwicklungszusammenarbeit neu aus und stärkt seine Schwestergesellschaften ganzheitlich.**

TEXT: GILLES SEURET

Nachhaltig – das Adjektiv ist in aller Munde und die Entwicklungszusammenarbeit des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK) ist schon lange auf Nachhaltigkeit ausgerichtet. Nun geht das SRK einen Schritt weiter. Es will sich im jeweiligen Projektland nicht mehr auf einzelne Bereiche konzentrieren, sondern die Rotkreuz- oder Rothalbmondgesellschaft vor Ort als gan-

ze Organisation stärken. Dies, da die jeweilige nationale Gesellschaft am besten einschätzen kann, wie sie der Bevölkerung in ihrem eigenen Land dienen kann. Das SRK als nationale Gesellschaft der Schweiz verfügt über langjährige Erfahrung und spezialisierte Fachleute. Astrid Nissen erarbeitet beim SRK die Grundlagen für die internationale Zusammenarbeit. Die Expertin ist überzeugt: «Dieser neue Ansatz verbessert die Qualität und die Nach-

haltigkeit der Hilfe. Wir leisten genau in denjenigen Bereichen Unterstützung, die von der lokalen Bevölkerung als relevant eingestuft werden. Das stärkt die Widerstandsfähigkeit der lokalen Gemeinschaften.» Die lokalen Fachleute kennen die Zusammenhänge und die Kultur in ihrem Land. Sie müssen federführend sein und entscheiden, was einerseits dringend und notwendig ist und andererseits auch der Bevölkerung am meisten dient.



Eine bessere Qualitätssicherung – dafür sorgen die Mitarbeitenden des Libanesischen Roten Kreuzes mit Unterstützung aus der Schweiz





Der Kirgisische Rote Halbmond rekrutiert und schult Freiwillige nach einem Konzept des Schweizerischen Roten Kreuzes



Für die landesweite Versorgung braucht das Südsudanesisches Rote Kreuz gut geführte, professionell arbeitende Regionalbüros

## Das SRK, ein beratender Partner

Das SRK unterstützt seine Schwestergesellschaften somit dabei, eigenständiger zu werden und Kompetenzen aufzubauen. Beispielsweise baut das Libanesische Rote Kreuz seinen Blutspendedienst aus. Das SRK stellt ihm seine Fachkenntnisse in der Qualitätssicherung zur Verfügung. Im Südsudan unterstützt das SRK die Organisationsführung und das Management des Südsudanesischen Roten Kreuzes, damit dessen Regionalbüros an Stärke gewinnen und professioneller arbeiten können. In Kirgistan kann der Kirgisische Rote Halbmond dank der Beratung durch das SRK mehr Freiwillige ausbilden. Da jede nationale Gesellschaft mit unterschiedlichen Herausforderungen konfrontiert ist, erarbeitet das SRK eine individuelle, bedürfnisorientierte Strategie für die geplante Zusammenarbeit.

## Das SRK setzt sich für die Stärkung der lokalen Partner der Internationalen Rotkreuz- und Rothalbmond-bewegung ein.

Astrid Nissen hält fest: «Die Schwerpunkte der einzelnen Länder sind verschieden. Doch das Ziel ist immer das Gleiche: Wir möchten sicherstellen, dass die lokale Organisation in der Lage ist, die Behörden

so weit wie nötig im Gesundheitsbereich zu unterstützen. Zudem soll sie weitere bedarfsgerechte Leistungen für die Bevölkerung erbringen.» Zurzeit stärkt das SRK weltweit 25 seiner Schwestergesellschaften in der Organisationsentwicklung.

## Unabhängig dank Mittelbeschaffung

Wichtig für jede starke, unabhängige Non-Profit-Organisation ist eine solide, eigenständige Finanzierung. Das SRK begleitet und berät seine Schwestergesellschaften deshalb auch beim Aufbau einer eigenen Mittelbeschaffung. Dies ermöglicht es der lokalen Gesellschaft, weniger abhängig von ausländischer Finanzierung zu werden. Mit eigenen finanziellen Mitteln kann sie eigenständig Prioritäten setzen und arbeiten.

Dank der Unterstützung des SRK sammeln heute mehrere Schwestergesellschaften Spendengelder oder finden einen anderen Weg für eine unabhängige Mittelbeschaffung. Ein gutes Beispiel ist das Litauische Rote Kreuz, welches durch das SRK beim Erarbeiten einer Fundraising-Strategie intensiv begleitet wurde. Dieses Jahr ist das Litauische Rote Kreuz zum ersten Mal in seiner Geschichte finanziell unabhängig. Dieser Erfolg darf jedoch nicht darüber hinwegtäuschen, dass das Potenzial für die Mittelbeschaffung in wirtschaftlich schwächeren, ärmeren Ländern gering ist. Mit 191 nationalen Gesellschaften, 165 000 Regionalbüros und über 14 Millionen Freiwilligen ist die Internationale Rotkreuz- und Rothalbmondbewe-

gung fast überall auf der Welt vertreten. Sie erreicht Menschen, die von keiner anderen Organisation erreicht werden. Auch deshalb, weil die nationalen Gesellschaften entsprechend dem Grundsatz der Unabhängigkeit unabhängig von staatlicher Unterstützung arbeiten. ■



## National Society Development bedeutet Organisationsentwicklung

*National Society Development (NSD)* heisst der englische Fachbegriff für den ganzheitlichen Ansatz, der zum Ziel hat, die Arbeit und das Management einer Organisation optimal auszurichten. Eine Projektpartnerschaft mit der Somaha-Stiftung unterstützt das SRK dabei. Einfach erklärt wird NSD in einem kurzen Zeichentrickfilm:



[redcross.ch/nsd-video](https://redcross.ch/nsd-video)



Die SAMSEN posieren in ihrem T-Shirt fürs Gruppenbild, unten rechts die Gründerin Marlis Ritter

## Samariter-Seniorengruppe SAMSEN

# Aktiv hilfsbereit bleiben

**Im sanktgallischen Rebstein gründete die Samariterin Marlis Ritter die erste Samariter-Seniorengruppe. Das gemeinsame Üben von Erster Hilfe fördert soziale Kontakte und die Sicherheit im Alltag. Die Erfahrungen sind nach sechs Jahren durchwegs positiv.**

TEXT: SUSANNE BRENNER UND TANJA REUSSER  
FOTOS: MARLIS RITTER / SAMSEN

Marlis Ritter leitete viele Jahre eine HELP Jugendgruppe des Samariterverbands St.Gallen/Fürstentum Liechtenstein. Die 62-Jährige erlebte das gute Gemeinschaftsgefühl und den Zusammenhalt,

wenn sich Gleichaltrige treffen. «Das sollte es auch für ältere Menschen geben, dachte ich mir», erzählt sie. Als Aktivierungsfachfrau hatte sie von Anfang an die Vorteile einer Samariter-Seniorengruppe im Kopf: Sie soll einen Beitrag leisten zur aktiven Freizeitgestaltung im Alter und die Selbstständigkeit fördern, damit diese im Alltag möglichst lange erhalten bleibe.

Vor sechs Jahren gründet sie die erste sogenannte SAMSEN in Rebstein. Das Angebot richtet sich an über 65-Jährige, auch an solche ohne Samariterkenntnisse. Seit der Gründung hat sich die Mitgliederzahl verdoppelt. Es gehört mittlerweile in Rebstein «zum guten Ton» bei den SAMSEN dabei zu sein. Darunter sind aktive Samariterinnen und

Samariter, aber auch ehemalige Mitglieder, die früher aus dem Samariterverein ausgetreten waren oder solche, die gar nie im Samariterverein waren. Die SAMSEN treffen sich einmal monatlich, die Themen richten sich nach den Wünschen der Mitglieder. «Tipps für die Gesundheit im Alter und für mehr Sicherheit im Alltagsleben sind beliebt», erläutert Marlis Ritter. Die Erste-Hilfe-Massnahmen üben die SAMSEN regelmässig, doch grundsätzlich nie am Boden, damit niemand niederknien muss. «Die Herzdruckmassage können wir trotzdem üben. Im Ernstfall würde selbstverständlich jedes SAMSEN-Mitglied alles tun, um zu helfen.» Nach dem Üben bleibt Zeit für Gespräche bei Kaffee und Kuchen.

### MARLIS RITTER

Die erfahrene Samariter-Kursleiterin hat die erste Samariter-Gruppe für Seniorinnen und Senioren (SAMSEN) 2017 in Rebstein 2017 gegründet. Die 62-Jährige arbeitet als Aktivierungsfachfrau in einem Altersheim.



Es ist Marlis Ritter eine Herzensangelegenheit, dass schweizweit weitere SAMSEN-Gruppen gegründet werden. «Denn es ist eine gute Möglichkeit, um Einsamkeit im Alter vorzubeugen.» Das SAMSEN-Konzept von Marlis Ritter wurde 2021 vom Samariterverband St.Gallen/Fürstentum Lichtenstein genehmigt. Nebst organisatorischen Tipps beschreibt sie darin, was ausschlaggebend ist, damit ein Samariterverein ältere Menschen als Mitglieder gewinnen kann: Weniger bis keine Verpflichtungen. SAMSEN-Mitglieder müssen keine Mindestanzahl an Übungsnachmittagen besuchen und sind vom Postendienst sowie von der Mithilfe an Anlässen befreit. Zudem brauche es ein Leitungsteam, das ein gutes Gespür für Seniorenarbeit habe. Marlis Ritter betont: «Menschen mit Lebenserfahrung spüren schnell, ob man mit dem Herzen dabei ist.»

Mittlerweile gibt Marlis Ritter ihr Wissen in Workshops weiter an Samaritervereine, die ebenfalls eine Samariter-Seniorengruppe gründen möchten, und ihr Konzept steht öffentlich auf der Website des Samariterverbands St.Gallen/Fürstentum Liechtenstein zur Verfügung. ■



▲ SAMSEN basteln 200 Vasen als Tischdekoration für die Delegiertenversammlung des Samariterverbandes, da der Samariterverband Rebstein 2023 Gastgeber ist



Am Holzskelett ► benennen die Samariterinnen und Samariter die Knochen



WC-Papier ist gut geeignet, um das Anlegen eines Verbandes zu üben

SAMSEN setzt sich zusammen aus SAMariter SENiorengruppe. Der Begriff wird vom Samariterverband SG/FL verwendet. Daraus ergibt sich auch das Leitmotiv der SAMSEN:

## SAMSEN

- S = Sicherheit
- A = Aktiv
- M = Miteinander
- S = Spass
- E = Erleben
- N = Neugier

Helsana setzt sich als offizielle Partnerin des SRK dafür ein, dass möglichst viele Menschen Erste Hilfe leisten können.

### Retten auch Sie Leben.

Spenden Sie für die Ausbildung von Samariterinnen und Samaritern. Danke!



samariter.ch

Jetzt mit TWINT spenden!

- QR-Code mit der TWINT App scannen
- Betrag und Spende bestätigen



Möchten Sie wie Eveline Betz über das eigene Leben hinaus für notleidende Menschen da sein?



Foto: © Ruben Ung

«Für meinen Nachlass suchte ich nach einem Partner, dem ich vertrauen kann, der in der Schweiz und im Ausland tätig ist. So entschied ich mich für das Schweizerische Rote Kreuz.»

Eveline Betz, 60 Jahre

Schweizerisches Rotes Kreuz



**Ja, ich möchte mehr wissen. Senden Sie mir den kostenlosen Testament-Ratgeber.**

Name

Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Geburtsdatum

Senden Sie diesen Coupon an **Schweizerisches Rotes Kreuz, Rainmattstrasse 10, Postfach, CH-3001 Bern** oder bestellen Sie den Ratgeber per E-Mail bei **marianne.daetwyler@redcross.ch**



Das SRK im Testament berücksichtigen – Liebe für die Nächsten: [redcross.ch/testament](http://redcross.ch/testament)





## Thomas Zeltner zum neuen Präsidenten gewählt

Die Delegierten des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK) haben an der Rotkreuzversammlung vom 24. Juni 2023 Prof. Dr. Thomas Zeltner zum neuen Präsidenten gewählt. Der 75-jährige Arzt und Rechtswissenschaftler war bis 2009 Direktor des Bundesamts für

Gesundheit und hat seither verschiedene Funktionen im Gesundheitsbereich inne. Mit Thomas Zeltner übernimmt eine erfahrene und inner- wie auch ausserhalb des SRK hervorragend vernetzte Persönlichkeit das Präsidium. Neu in den Rotkreuzrat gewählt wurden neben Thomas Zeltner auch Manuel Bessler, Ömer Güven, Elischa Link, Christian Ludwig sowie Hans Muff. Manuel Bessler war bis im März Delegierter des Bundesrates für humanitäre Hilfe der Schweiz und Chef des Schweizerischen Korps für humanitäre Hilfe. Er wird das SRK in der internationalen Föderation der Rotkreuz- und Rothalbmond-Gesellschaften vertreten. Im Rahmen der Gesamterneuerungswahlen wurden alle bisherigen Rotkreuzrat-Mitglieder bestätigt.

Informationen zu allen Mitgliedern des Rotkreuzrates:



[redcross.ch/rotkreuzrat](https://redcross.ch/rotkreuzrat)

## 120 Jahre Rotkreuzdienst

Der Rotkreuzdienst wurde 1903 gegründet, nachdem ein Bundesbeschluss über die Hilfeleistung in Kriegszeiten beschlossen worden war. Damals wurden den vom Schweizerischen Roten Kreuz anerkannten Krankenpflegeschulen jährliche Subventionen gewährt. Als Gegenleistung für diese staatliche Unterstützung mussten sich die jungen Absolventinnen im Falle einer Mobilmachung zwingend der Armee zur Verfügung stellen. Tausende von Krankenschwestern unterstützten so während der beiden Weltkriege den Schweizer Sanitätsdienst. Heute steht der Rotkreuzdienst auch Männern offen und rekrutiert auf freiwilliger Basis junge Menschen, von denen die meisten eine Ausbildung im medizinischen Bereich vorweisen können. Die Mitglieder des Rotkreuzdienstes kommen auch bei grossen Krisen zum Einsatz, wie z.B. bei der COVID-19-Pandemie.



[rkd.ch](https://rkd.ch)



## Nothilfe nach schwerem Unwetter in Haiti



Bei schweren Unwettern Anfang Juni sind in Haiti mindestens 52 Menschen gestorben. Viele weitere werden noch immer vermisst. Mehr als 30 000 Häuser wurden überflutet oder durch Erdbeben verschüttet. Besonders stark betroffen ist das Projektgebiet des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK) in Léogâne. Zusammen mit dem Haitianischen Roten Kreuz hat das SRK mit Unterstützung des Bundes sofort Massnahmen getroffen, um die Versorgung mit Trinkwasser wieder herzustellen. Freiwillige des Roten Kreuzes installierten Wasserpumpen und desinfizierten Brunnen. Parallel dazu verteilten sie dringend benötigte Hilfsgüter an die Betroffenen, wie Matratzen, Planen, Hygieneartikel und Flüssigchlor. 1500 Familien, die durch die Flut ihr Hab und Gut verloren haben, erhalten finanzielle Hilfe.



# Sind Sie bereit zu helfen?



**Offizielle Partnerin des Schweizerischen Roten Kreuzes**

Helsana setzt sich dafür ein, dass möglichst viele Menschen Erste Hilfe leisten können. [helsana.ch/ersthilfe](https://helsana.ch/ersthilfe)

**Helsana**  
Engagiert für das Leben.

# Neue Perspektiven

Eine armutsbetroffene Mutter, eine Schülerin aus einem abgelegenen Dorf, ein betagter Mann, der fast erblindet ist: Sie alle haben dank Augenmedizin neue Perspektiven im Leben. Das umfassende Augenprogramm setzt das Schweizerische Rote Kreuz (SRK) in Kirgistan mit dem lokalen Roten Halbmond um. Eine Brille oder eine Operation gegen den Grauen Star kostet wenig, aber verändert viel.





Die alleinerziehende Mutter Ainura Karabaeva lebte jahrelang mit einer schweren Sehbehinderung und war arbeitslos, weil sie sich keine Brille leisten konnte



Ainura Karabaeva absolviert einen Nähkurs des Roten Halbmondes hat sie eine Arbeit in einer Nähfabrik gefunden und ein

TEXT: KATHARINA SCHINDLER  
FOTOS: DANIL USMANOV, FAIRPICTURE

Im Nähstudio des Roten Halbmondes in Osh im Süden Kirgistans sind alle konzentriert am Arbeiten. Ein Dutzend Frauen sitzen über die Nähmaschinen gebeugt. Mit gedämpfter Stimme gibt die Leiterin des Workshops hier und da Tipps und Anleitungen. Die Kleider werden später an Basaren verkauft. Der Erlös ist ein kleiner Zustupf für die beliebten Weiterbildungskurse des Kir-

gisischen Roten Halbmondes. Ainura Karabaeva ist dabei, die Seitennaht eines Blazers zu schliessen. Sichtlich zufrieden kontrolliert sie die präzise Naht. Für die Vierzigjährige ist es immer noch wie ein Wunder, dass sie in der Nähgruppe mitmachen und selbst Kleider nähen kann.

### Jahrelang sehbehindert

Bis vor anderthalb Jahren sah Ainura Karabaeva so schlecht, dass sie beim Einkaufen auf Hilfe angewiesen war. Die al-

leinerziehende Mutter eines Knaben mit einer Beeinträchtigung lebt von der kleinen Invalidenrente ihres Sohnes. Jeden Sommer muss sie zweimal umdrehen, bevor sie ihn ausgibt. Oft fühlte sie sich einsam und isoliert. Durch einen Bekannten erfuhr sie von den Angeboten des Roten Halbmondes. «Sie helfen Menschen in Notlagen», habe er ihr gesagt. «Geh einfach vorbei.»

Ainura Karabaeva befolgte den Rat – er sollte ihr Leben verändern. Im Büro des Roten Halbmondes wurde sie freundlich beraten. Ein kostenloser Augentest bestätigte ihre ausgeprägte Fehlsichtigkeit. Zum ersten Mal in ihrem Leben wurde sie gründlich untersucht und erhielt eine Brille. Auf einmal konnte sie klar sehen. Eine neue Welt ging für sie auf. Bald besuchte sie den Nähkurs des Roten Halbmondes und hilft als Freiwillige, die Handarbeiten zu verkaufen. In einer Nähfabrik hat sie eine temporäre Anstellung gefunden. «Wenn mein Sohn nächstes Jahr in die Sonderschule kommt, habe ich mehr Zeit und kann regelmässig arbeiten», sagt Ainura Karabaeva. «Ich bin zuversichtlich, dass sich unsere Situation dann weiter verbessert.»



Wie viele ältere Menschen ist Sultanahun Ayilchiew wegen dem Grauen Star fast blind, nur eine Operation kann ihm das Augenlicht zurückgeben

**Für Chancengleichheit in der Bildung**  
Drei Autofahr-Stunden weiter östlich,





Halbmonds – dank der Brille und dem Kurs Einkommen

tags darauf: Die mobile Augen-Klinik des Roten Halbmondes macht in der entlegenen Gemeinde Chiy-Talaa halt. In zwei Fahrzeugen hat das mobile Team alles dabei, für Sehtests, um Augen zu untersuchen und Brillen fachgerecht anzupassen. Dadurch erhalten auch Menschen in Randregionen Zugang zu einer augenmedizinischen Versorgung. 52 Mal war die mobile Augen-Klinik im vergangenen Jahr unterwegs. Mehr als 10'000 Menschen wurden untersucht oder behandelt.

Im Schulhaus von Chiy-Talaa wird das Chemie-Zimmer kurzerhand in ein Testzentrum umfunktioniert. Klassenweise werden die Augen von rund 250 Kindern aus den umliegenden Weilern untersucht, die meisten zum ersten Mal. Wenn sich herausstellt, dass das Sehvermögen eingeschränkt ist, erfolgt sogleich eine weitergehende Untersuchung. «In mehr

## «Eine Brille bedeutet auch Zugang zu Bildung.»

als 80 Prozent der Fälle genügt eine Korrekturbrille, um die Fehlsichtigkeit zu beheben», sagt Zarina Babadzhanova, die Leiterin des augenmedizinischen Programmes, das der Rote Halbmond zusammen mit dem SRK umsetzt. Eine Brille bedeute auch Zugang zu Bildung, betont die Augenärztin.

Bermet Amatova ist eine von rund 30 Schülerinnen und Schülern, die heute in Chiy-Talaa eine Brille erhält. Die aufgeweckte 15-Jährige möchte einmal Schauspielerin oder Geschäftsfrau werden. «Nun kann ich ohne Probleme lesen, was an der Wandtafel und in den Schulbüchern steht», sagt sie und setzt

sich stolz die neue Brille auf die Nase. «Das hilft mir bestimmt, meine Ziele zu erreichen.»

### Für Armutsbetroffene kostenlos

Nach dem Morgenprogramm an der Schule wechselt das Team ins kleine Gesundheitszentrum von Chiy-Talaa. Die lokalen Freiwilligen hatten im Vorfeld in den umliegenden Gemeinden informiert, dass die mobile Augen-Klinik an diesem Tag hier Halt macht. Viele ältere Menschen kommen. So auch Sultanahun Ayilchiew, der fast erblindet ist und sich Sorgen macht, weil er dadurch seiner Familie nur noch zur Last falle. Die Untersuchung zeigt: Er leidet an Katarakt, dem Grauen Star, in beiden Augen. Die Ärztin verschreibt ihm die kostenlose Operation im Spital von Osh. Der 76-Jährige muss die Nachricht noch etwas verdauen. Seufzend lässt er sich auf einem Stuhl vor dem Gesundheitszentrum nieder. Bald gesellt sich eine betagte Dame zu ihm, die bereits letztes Jahr ihre trüben Linsen operieren liess. Nur zu gerne berichtet sie ihrem Altersgenossen, wie gut es ihr seither gehe. Die Ermunterung wirkt, schon bald ist der Patient guter Dinge: «Ich werde die Operation machen», erklärt er. ■



Im doppelten Sinn eine bessere Perspektive: Ohne Brille hätten fehsichtige Schülerinnen und Schüler wie Bermet Amatova kaum eine Chance auf eine gute Ausbildung

## AUGENMEDIZIN IN KIRGISTAN

Seit 2016 unterstützt das SRK den Kirgisischen Roten Halbmond beim Auf- und Ausbau der Augenmedizin für benachteiligte Menschen in vier Regionen. Das Programm umfasst den Einsatz der mobilen Augen-Klinik in entlegenen Gebieten sowie Aufklärung und Augentests an Schulen. Zudem hat das SRK auch vier Spitäler mit modernem medizinischem Equipment ausgerüstet und das Gesundheitspersonal weitergebildet. Dadurch können Effizienz und Qualität der Operationen gesteigert werden. Das Programm soll in den nächsten Jahren auf weitere Regionen ausgeweitet werden.



Die Fotos aus den Rotkreuz-Ferien 2023 in Schaffhausen zeugen von der guten Stimmung



### Rotkreuz-Ferien

# Eine unbeschwerte Erlebniswoche

#### CARINE FLEURY BIQUE

Die 45-Jährige leitet seit 16 Jahren die Kompetenzzentren Freiwilligenarbeit und Jugendarbeit in der Geschäftsstelle des SRK. Sie hat internationale Beziehungen sowie Verbandsmanagement studiert und hat fast 20 Jahre praktische Erfahrung in Freiwilligen- und Jugendarbeit.



Seit sieben Jahren finden 9- bis 12-jährige Kinder aus Krisen- und Kriegsgebieten in den Rotkreuz-Ferien Ablenkung und Erholung. Jeweils im Juli verbringen rund 50 Kinder eine abwechslungsreiche Ferienwoche, dieses Jahr in Schaffhausen. Carine Fleury Bique erklärt, wie es dem Schweizerischen Roten Kreuz (SRK) gelingt, dass Kinder aus teils schwierigen Lebenssituationen eine unbeschwerte Zeit geniessen können.

INTERVIEW: JASMIN WYRSCH,  
ISABEL RUTSCHMANN  
FOTOS: MELANIE DUCHENE

#### Carine, worin unterscheiden sich die Rotkreuz-Ferien von einem anderen Sommerlager?

Die teilnehmenden Kinder stammen aus Krisen- und Kriegsgebieten. Sie haben bereits in jungen Jahren viele

traumatisierende Erfahrungen machen müssen. In erster Linie geht es uns darum, dass sie Spass, Freude und Erholung mit Kindern in einem ähnlichen Alter erleben. In der Ferienwoche dürfen sie einfach Kind sein und eine unbeschwertere Zeit geniessen. Diese Ferienwoche entlastet zudem Eltern, die es auch nicht leicht haben.

#### Was erwartet die Kinder in den Rotkreuz-Ferien?

Das Leitungsteam hat ein abwechslungsreiches, teils lehrreiches Programm mit Bezug zum Roten Kreuz zusammengestellt. Es gibt Schwimmkurse oder solche für Erste Hilfe sowie verschiedene sportliche und kreative Aktivitäten wie einen Velo-Parcours und einen Wettkampf

mit verschiedenen Posten. Nicht wegzu-denken sind der Lagerrückblick und die Abschlussdisco. Darauf freuen sich die Kinder jedes Jahr besonders. Dieses Jahr ist der Ausflug zum Rheinfall das High-light.

### Wie stellt das SRK sicher, dass sich alle wohlfühlen?

Die Sicherheit und die Aufsicht sind absolut wesentliche Punkte dafür. Wir haben bewusst ein grosses Leitungsteam vor Ort, um jederzeit für die Kinder genügend präsent zu sein. Dieses Team wurde vor den Rotkreuz-Ferien eingehend geschult, auch hinsichtlich kultureller Unterschiede. Zudem sind die ganze Woche eine Kinderärztin und eine Psychologin vor Ort, die sich freiwillig engagieren. Auf diese Weise sind die Kinder umfassend betreut. Wir sind dadurch in der Lage, auf Konflikte, Schwierigkeiten oder Gesundheitsprobleme kompetent zu reagieren. Wir legen grossen Wert auf eine wohlwollende

Lageratmosphäre und thematisieren immer wieder die Grenzen und den Respekt im Umgang miteinander.

### Wie tragen die Rotkreuz-Ferien zur Integration in der Schweiz bei?

Die meisten Kinder sind erst seit kurzer Zeit in der Schweiz und beherrschen noch keine Landessprache gut. In dieser Woche tauchen sie ganz in die deutsche oder französische Sprache ein und lernen, sprachliche Barrieren abzubauen. Sie eignen sich wichtige Sozialkompetenzen für das Zusammenleben an und erleben einen respektvollen Umgang miteinander sowie Toleranz. Verschiedene Aktivitäten stärken zudem ihr Selbstvertrauen.

### Welche Bilanz ziehst du nach den siebten Rotkreuz-Ferien?

Aus den positiven Rückmeldungen der Kinder schliessen wir, dass ihnen das Lager guttut und sie sich wirklich erholen können. Viele von ihnen kommen

im folgenden Jahr gerne wieder. Nach mehreren Jahren Erfahrung wissen wir, welche Aktivitäten gut funktionieren und den Kindern Spass machen. Ich darf sagen, dass wir unser Ziel auch dank dem freiwilligen Einsatz des engagierten Leitungsteams bis jetzt immer erreicht haben: Die Kinder erlebten eine vergnügliche, unbeschwernte Ferienwoche.

### Wie werden die Rotkreuz-Ferien finanziert?

Durch Spenden von privaten und institutionellen Partnern sowie Stiftungen. In diesem und im nächsten Jahr unterstützt uns zudem erstmals die AXA mit einem finanziellen Beitrag und mit einem Engagement der Mitarbeitenden, welches uns besonders freut. Ein freiwilliges Team aus Mitarbeitenden der AXA begleitet die Kinder auf ihrer Reise nach Schaffhausen. Das entlastet uns und ist eine spannende, sinnstiftende Erfahrung für die Mitarbeitenden der AXA. ■





# Heute handeln für ein besseres Morgen

Helfen ist für das Schweizerische Rote Kreuz keine Frage.  
Auch die Post nimmt ihre Verantwortung wahr. Für eine nachhaltige  
Entwicklung unserer Umwelt, Gesellschaft und Wirtschaft.

[post.ch/verantwortung](https://post.ch/verantwortung)

Die Post ist offizielle Partnerin des Schweizerischen Roten Kreuzes



# Rezept aus Paraguay



Die SRK-Delegierte Maika Paola López Ferreiro hat wie hier auf dem Foto stets das Nationalgetränk *Tereré* mit der *Bomba* dabei, wenn sie unterwegs ist. So tun es die meisten in Paraguay. Die *Bomba* ist ein Trinkhalm mit Sieb, das die Teeblätter zurückhält. Maika Paola López Ferreiro verrät uns ihr Rezept für *Sopa Paraguaya* und wann sie serviert wird.

TEXT UND REZEPT: MAIKA PAOLA LÓPEZ FERREIRO  
FOTOS: FRANZISKA BUNDI

«Die einzige Suppe, die man nicht mit dem Löffel isst», pflegen wir zu sagen. Denn die *Sopa Paraguaya* ist ein Gebäck. Es ist eine Beilage, die auf dem Familientisch an Feiertagen und natürlich beim sonntäglichen Grillfest, dem *Asado*, nicht fehlen darf. *Sopa Paraguaya* verbinde ich somit mit dem Zusammensein mit lieben Menschen.

Unter *Asado* verstehen wir in Südamerika ein Grillfest, bei dem traditionell über offenem Feuer verschiedene Fleischstücke langsam grilliert werden. Die Vorbereitung eines *Asado*

## Sopa Paraguaya (Paraguayische «Suppe»)

Für 6–8 Personen als Beilage



- 500 g Maismehl (nicht verwechseln mit Polenta oder Maizena)
- 250 g paraguayischer Käse, klein geschnitten (Mozzarella oder eine milde Käsesorte)
- 4 Eier
- 1 Eigelb
- 1,5 dl Raps- oder Sonnenblumenöl
- 150 g Zwiebeln, in feine Streifen geschnitten
- 1 Esslöffel Salz
- 5–6 dl Milch

### Zubereitung

Eigelb vom Eiweiss trennen. Das Eiweiss von 4 Eiern zu Schnee schlagen. Die Zwiebeln im Öl anbraten. Das Maismehl in eine Schüssel geben und eine Mulde formen. In die Mitte alle Eigelbe und die gebratene Zwiebel mit dem Öl geben und mit den Händen, dem Mixer oder einem Holzlöffel alles gut vermischen. Das Salz in die Milch geben und nach und nach in den Teig einarbeiten, dabei kräftig rühren, bis sie gut vermischt sind. Den zerbröckelten Paraguay-Käse unterheben. Das zu Schnee geschlagene Eiweiss unter den Teig heben. Eine grosse Gratinform einölen und den Teig einfüllen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 °C rund 30 Minuten backen. Vor dem Servieren in Würfel schneiden.

braucht Zeit. Während das Fleisch gart, beginnt die *Tereré*-Runde. *Tereré* ist in Paraguay ein sehr beliebtes Getränk, viele trinken es den ganzen Tag. Es ist ein Tee aus *Mate* bzw. *Yerba*, den wir mit Eiswasser aufgiessen und je nachdem mit Pfefferminze oder Zitronensaft aromatisieren. Tagsüber, wenn es heiss ist, bevorzugen wir diese kalte Variante von *Mate*-Tee. Viele helfen mit, die *Sopa Paraguaya* zuzubereiten. Die einen schneiden die Zwiebeln, die anderen den Käse, jemand serviert den *Tereré* und das alles begleitet von Anekdoten, Erinnerungen, Witzen und Gelächter. Und im Hintergrund darf natürlich paraguayische Musik nicht fehlen.

# KREUZ & QUER

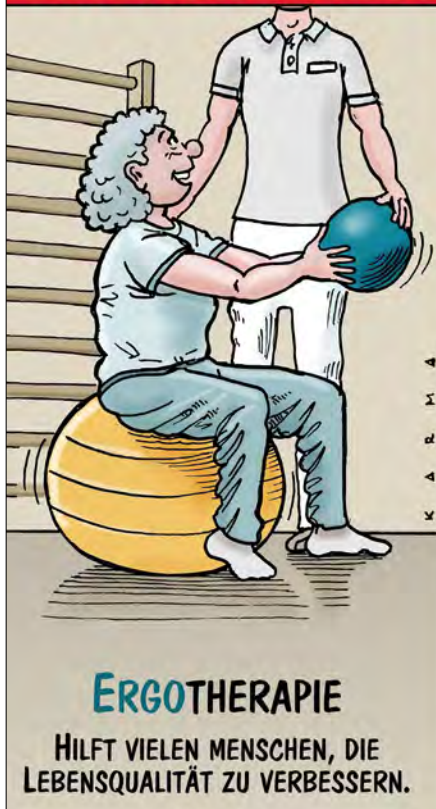
## Rätsellösungen

Die Lösung der Sudoku und des Bilderrätsels dieser Ausgabe finden Sie bis zur Dezemberausgabe online:



[redcross.ch/raetsel](https://redcross.ch/raetsel)

## BITTE NICHT VERWECHSELN:



«Karma» alias Marco Ratschiller ist Inhaber von Stiftwerk.ch und arbeitet als freischaffender Cartoonist.

## 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 3 x 3-Blöcke nur einmal vorkommen.

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

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

## Bilderrätsel

Finden Sie 10 Fehler im rechten Bild!



## Wettbewerb



### Willkommen bei der Familie Hauser!

Wir sind ein Familienbetrieb in vierter Generation und leidenschaftliche Gastgeber. Im Herzen von St. Moritz gelegen, den Bergen und der Natur so nah.

Geniessen Sie den Geschmack von Heimat in unserem Restaurant. Unsere abwechslungsreiche Abendkarte bietet einheimische Spezialitäten, vegetarische Köstlichkeiten, Leckeres vom Grill und vieles mehr. Unsere liebevoll renovierten 51 Zimmer sind dank einheimischem Mondholz äusserst gemütlich. Das Mondholz aus S-chanf ist einheimische Arve und Lärche, die nur bei abnehmendem Mond gefällt wurden. Dadurch ist das Holz stabiler, haltbarer und widerstandsfähiger. Beim Eintreten spüren Sie die Gemütlichkeit und atmen den herrlichen Duft ein.

In unserer Confiserie produzieren wir Engadiner Spezialitäten und vieles mehr täglich frisch. Unsere Confiserie-Tradition reicht bis ins Jahr 1892 zurück. Während Jahrzehnten haben wir die Backrezepte perfektioniert und legen Wert darauf, regionale Produkte zu verwenden. Als Hotelgast verwöhnen wir Sie beim Frühstück mit hausgemachten Backwaren.

Willkommen im Haus der Genüsse. Bei uns können Sie es sich gut gehen lassen.

Wir freuen uns auf Sie!



hotelhauser.ch



### Gewinnen Sie eine Übernachtung im Hotel Hauser in St. Moritz

Schicken Sie die Antworten auf die drei Fragen mit Ihrer Postadresse per E-Mail an [crosswords@redcross.ch](mailto:crosswords@redcross.ch) oder per Post an Schweizerisches Rotes Kreuz, Magazin Humanité, Postfach, 3001 Bern

Einsendeschluss ist am 17. September 2023

Wir verlosen unter allen korrekten Einsendungen **eine Übernachtung im Doppelzimmer mit Halbpension für zwei Personen**. Der Wettbewerbspreis wird offeriert vom Hotel Hauser in St. Moritz.

**TIPP: Die Antworten finden Sie in diesem Magazin.**

**Frage 1: Welche Therapie wird unter anderem durch den SRK Kantonalverband beider Appenzell angeboten?**

**Frage 2: In welchem Land unterstützt das SRK die Augengesundheit?**

**Frage 3: Wie heisst der kalte Tee, den man als Paraguays Nationalgetränk bezeichnen kann?**

Viel Glück! Vergessen Sie nicht, Ihre Postadresse anzugeben.

Teilnahmebedingungen für den Wettbewerb: Die Gewinnerin oder der Gewinner wird schriftlich benachrichtigt. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Die Barauszahlung und der Rechtsweg sind ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Wettbewerb wird die ausdrückliche Einwilligung erteilt, dass die Personendaten vom SRK für Spendaufrufe in der Datenbank gespeichert und bearbeitet werden dürfen. Sie werden nicht an Dritte weitergegeben.



Fotos: Hotel Hauser St. Moritz

## HUMANITÉ 2/2023

Die korrekten Antworten auf die Wettbewerbsfragen in der Ausgabe 2/23 lauten:

**Frage 1: In welcher Stadt organisiert das Jugendrotkreuz einen Plaudernachmittag?**

**Luern**

**Frage 2: Wie heisst das Programmland des SRK, welches vom Erdbeben des 6.2.2023 schwer betroffen ist?**

**Syrien**

**Frage 3: Wie heisst der SRK-Delegierte in Bangladesch?**

**Paul Drossou**

**Der Gewinner wurde persönlich benachrichtigt.**

Gegen häusliche Gewalt und Ausgrenzung: Das Rote Kreuz bewirkt in Paraguay viel zum Schutz der Kinder und von Minderheiten.



Unsere Hilfe braucht Ihre Spende.  
Spendenkonto IBAN CH97 0900 0000 3000 9700 0

Schweizerisches Rotes Kreuz

