LEBENDIG

MAGAZIN FÜR
LEBENSASPEKTE
UND GLAUBEN
0225

Stiftung Gott hilft
sozial.engagiert.

3
EDITORIAL

4
GRUSSWORT AUS DEM STIFTUNGSRAT

6
SAMMEL-SURIUM

8
GESAMT-STRATEGIE DER STIFTUNG GOTT HILFT

13
WIE SPIRITUALITÄT DIE GESUNDHEIT FÖRDERT

16
ENTWICK-LUNG DER GESUNDHEITS-FÖRDERUNG IN DER STIFTUNG GOTT HILFT

18
GESUND-HEITSFÖRDERUNG IM ALTER

20
CHRONISCHE KRANKHEIT: CHRISTOPH GERBER

22
RÜCKBLICK FACHTAG: EMODIVERSITÄT

24
SOZIALPÄ-DAGOGISCHE FACHSTELLE: NEUE ANGEBOTE

27
GHU: UNSER LEBEN UND ARBEITEN IN UGANDA

30
GHU: UPDATE

32
60 JAHRE HFS ZIZERS

34
START KOLIBRI KLASSE

36
10 JAHRE JUGEND-PLUS

40
BÜNDNER STANDARD: SCHUTZ DER INTEGRITÄT

42
LEHRAB-SCHLÜSSE 2025

43
AGENDA

44
INSERATE

Bild Titelseite: Beladenes Motorrad auf den Strassen von Uganda

Liebe Leserinnen, liebe Leser

«Gesundheit ist Leben im Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele», schrieb Albert Schweitzer.

Dieses Gleichgewicht zu halten, ist eine der grössten Herausforderungen unserer Zeit. Insbesondere dort, wo wir viel von unserer Energie geben: am Arbeitsplatz.

In der Ausgabe vor einem Jahr (02/24) haben wir uns im Dossier mit dem Thema «Gesundheit am Arbeitsplatz» auseinandergesetzt. Nun zeigen wir auf, wie Gesundheitsförderung in der Stiftung Gott hilft konkret gelebt wird, wie Strategien langfristig wirken und wie Menschen Verantwortung übernehmen: für sich, für andere, für ein gutes «Mitanand».

Als Stiftung tragen wir auf vielfältige Weise zur Gesundheit unserer Mitmenschen bei. In dieser Ausgabe informieren wir über neue und bewährte Angebote, die Familien, Kinder, Jugendliche, Migranten und Fachpersonen unterstützen. Gleichzeitig zeigen wir auf, wie unsere bestehenden Angebote im Laufe der Jahre gewachsen sind.

Wir beleuchten zudem, welche Faktoren die Gesundheit im Alter beeinflussen und wie Menschen mit einer chronischen Krankheit ihren Alltag meistern. Ebenso können Sie lesen, wie Spiritualität einen wichtigen Beitrag zur ganzheitlichen Gesundheit leisten kann: als Quelle von Kraft, Orientierung und innerem Gleichgewicht.

Alle Geschichten und Beiträge in dieser Ausgabe vom Lebendig laden dazu ein, Gesundheit neu zu betrachten: als etwas, das im Miteinander entsteht, in Begegnungen und im Sinn, den wir in unserer Arbeit finden.

Ich wünsche Ihnen, liebe Leserinnen, liebe Leser, Momente der Ruhe und Inspiration beim Lesen – und vielleicht auch einen kleinen Impuls, die eigene Balance wiederzufinden.

Herzlich

Bettina Bieler
Leiterin Fachbereich Kommunikation

EIN GRUSSWORT AUS DEM STIFTUNGSRAT

Wie Zugvögel – gemeinsam dem Licht entgegen

Vor einem Jahr stellte ich mich zur Wahl der Mitarbeitenden-Vertretung. Es fühlte sich an wie ein Aufbruch – nicht laut, nicht spektakulär, sondern wie das leise, aber bestimmte Ziehen, das Zugvögel spüren, wenn die Jahreszeit sich wandelt. Dieses Ziehen ist kein lauter Ruf, sondern ein inneres, fast geheimnisvolles Drängen: Es ist Zeit, aufzubrechen, sich auf den Weg zu machen, Verantwortung zu übernehmen. Ich war bereit zu fliegen.

Das Lied «Zugvögel» von Sara Kaiser nimmt diese Thematik schön auf:

für das ganze Lied

«Die Vögel sind der Wärme hinterher gezogen
und auf ein innerliches Rufen hin,
in Schwärmen losgeflogen.»

Diese Zeilen sprechen mich an. Auch wir Menschen kennen dieses Gefühl: das Bedürfnis, aufzubrechen, wenn es Zeit ist – getragen von einer Sehnsucht nach Wärme, nach Sinn, nach Gemeinschaft.

«So selbstverständlich und intuitiv –
als sei da wohl ein Schöpfer, der sie kennt und der sie rief.»

Hier wird deutlich: Es ist nicht nur Instinkt, sondern auch Vertrauen. Die Vögel folgen einem Ruf, der grösser ist als sie selbst. Auch ich spüre manchmal dieses Rufen – nicht aus mir selbst, sondern als leisen, tiefen Impuls. Für mich ist es ein göttlicher Ruf, der uns lockt, wenn wir innerlich frieren. Er lädt uns ein, aus der Kälte zu fliehen – nicht in eine äussere Flucht, sondern in eine Bewegung der Seele, hin zum Licht, hin zu neuer Lebendigkeit.

«So lockt er uns geheimnisvoll in unseren Seelen
mit einem Fehlen, wie kein zweites Fehlen
und wirbt mit Sehnsucht, dass wir aus der Kälte fliehen.»

Diese Worte beschreiben das, was viele von uns möglicherweise kennen: ein Mangel, ein Fehlen, das uns antreibt. Es ist nicht immer klar, was fehlt – aber wir spüren, dass wir uns bewegen müssen. Vielleicht ist es der Wunsch nach mehr Gemeinschaft, nach Austausch, nach einem Ort, an dem wir uns gesehen fühlen und wo wir etwas bewirken können.

«Noch vor dem Winter in den neuen Frühling ziehen.»

Das ist für mich die Einladung: Nicht zu warten, bis es zu spät ist, sondern rechtzeitig aufzubrechen. Den Mut zu haben, gemeinsam in einen neuen Frühling zu ziehen – einen Frühling der Fürsorge, der Beteiligung, des Aufbruchs. Wie Zugvögel können wir aufeinander achten, uns gegenseitig wärmen und gemeinsam dem Licht entgegen fliegen. Nicht perfekt, nicht immer stark – aber getragen. Von Gott. Und voneinander.

«Wie Zugvögel. Komm, lass uns fliegen.
Der Himmel wartet schon auf uns.»

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine spannende Lektüre und uns allen den Mut, gemeinsam aufzubrechen – dem Licht entgegen.

Herzliche Grüsse
Rahel Reinhard

Rahel Reinhard
Mitarbeitenden Vertretung im Stiftungsrat
und Mitarbeiterin Sozialpädagogische Fachstelle

SAMMELSURIUM AUS DER STIFTUNG GOTT HILFT

CAMPUS-ENTWICKLUNG

Der **Architekturwettbewerb** für das Bildungs- und Verwaltungsgebäude (Neubau für HFS, sozialpädagogische Fachstelle und Verwaltung) ist nun im Gange. In einer ersten Phase wurden elf Architekturbüros aus 31 eingegangenen Bewerbungen ausgewählt. Das Wettbewerbsprogramm mit allen detaillierten Anforderungen ist ausgearbeitet. Die Projektvorschläge müssen bis Februar 2026 eingereicht werden. Im Weiteren konnte das **Vorprojekt für das Generationenwohnen** abgeschlossen werden: eine Wohnsiedlung mit 51 Wohnungen von 2.5 bis 5.5 Zimmer und einem Gemeinschaftsraum.

Die Weiterbearbeitung des Projektes wird jedoch erst nach der Realisierung des Bildungs- und Verwaltungsgebäudes erfolgen. Die Resultate des Architekturwettbewerbs und des Vorprojektes fliessen dann in den geforderten Quartierplan ein.

BOX IM SCHOPF

Seit 2016 war die Box im Schopf ein kreativer Treffpunkt der Region: Über 40 Anbieter:innen mieteten Boxen, um ihre Produkte aus der Region und handgemachtes zu verkaufen. Die KinderKleiderBörse ergänzte das Angebot. Dank engagierter freiwilliger Box-Hütter:innen konnte die Box während neun Jahren betrieben werden. **Per Ende Januar 2026 wird die Box im Schopf leider geschlossen.** Gründe dafür sind stagnierende Umsätze, verändertes Kaufverhalten junger Eltern, die schwierige Suche nach freiwilligen Verkäufer:innen sowie der bevorstehende Neubau des Bildungs- und Verwaltungsgebäudes. Wir danken allen Beteiligten herzlich für ihre Unterstützung in diesen neun Jahren.

HOTEL PALADINA

Nach guten Jahren während der Covid-Pandemie steht der Hotelbetrieb heute wieder vor grossen wirtschaftlichen Herausforderungen. Eine erstellte Betriebsanalyse zeigt grossen Handlungsbedarf in verschiedenen Bereichen. Unter externer Begleitung wurden dieses Jahr erste Anpassungen umgesetzt. Obwohl Verbesserungen erzielt werden konnten, zeigt sich, dass noch ein längerer Weg bevorsteht. Für eine neue Ausrichtung und die weitere Optimierung des Betriebs hat die Stiftung entschieden, auf die Saison 2026 eine neue Betriebsleitung zu beauftragen. Für eine Übergangszeit übernimmt die Agentur, mit der wir seit einem Jahr zusammenarbeiten, im Managementauftrag die Betriebsleitung. Die inhaltliche Ausrichtung sowie das bestehende Kursprogramm werden im Sinne der Stiftung weitergeführt und in Absprache mit der Geschäftsleitung weiterentwickelt. **Simon Lüthi**, welcher das Paladina seit 2018 leitet, wird die Leitung per Saisonende 2025 abgeben. Wir danken Simon Lüthi für sein Herzblut und seinen grossen Einsatz in den vergangenen acht Jahren und wünschen ihm und seiner Familie alles Gute für die Zukunft!

JAHRESFEST

Am 14. September feierten etwa 380 Mitarbeitende, zusammen mit Freundinnen und Freunden der Stiftung und Gästen das Jahresfest. Der Tag begann mit Eintrudeln bei Kaffee & Gipfali, gefolgt vom Festgottesdienst zum Jahresthema **«Zugvögel»** mit einem Input von Martin Knupfer und Daniel Wartenweiler.

Durch die Podcasts der Stiftung erhielten wir Einblick in die Leben von Menschen in verschiedenen Betrieben der Stiftung. Chris Strauch, Radio Moderator und Produzent unserer Podcasts, und einige der Protagonistinnen und Protagonisten waren selbst anwesend und sprachen darüber, was der Podcast bei ihnen und ihrem Umfeld ausgelöst hat.

Ein weiterer Höhepunkt war der Abschluss des dreijährigen Pfingstprojektes der Reformierten Kirche Graubünden, welches God helps Uganda unterstützte. Kirchenrat Christoph Zingg betonte in seinem Grusswort die erfolgreiche Zusammenarbeit. Danach wurden die Bilder aus der GHU-Ausstellung versteigert. Anschliessend genossen alle Gäste bei spätsommerlichem Wetter das Mittagessen und die Gemeinschaft.

Juni: Gebetstag der Stiftung: Abschlussgottesdienst im Park

August: Leitertag der Betriebsleitenden mit Partner:innen

ZUKUNFT DES JAHRES-FESTES

Nächstes Jahr findet kein Jahresfest statt. Am **Samstag, 12. September 2026**, planen wir einen neuen Anlass für Freunde und Unterstützer der Stiftung, an dem wir auch vertieft über unsere Arbeit Auskunft geben werden. Ein grösseres Stiftungsfest wird voraussichtlich in drei Jahren wieder stattfinden.

Das Jahresfest hat sich in den letzten Jahren stark verändert: Ursprünglich war es ein Erntedankfest mit allen Mitarbeitenden und Heimkindern. Heute nehmen keine Kinder aus unseren Angeboten mehr teil und das Fest ist primär auf Mitarbeitende, Freund:innen und Gäste ausgerichtet. Trotz des grossen Aufwandes nehmen die Besucherzahlen stetig ab. Aus diesem Grund haben wir entschieden, eine neue Form zu finden.

September: Landsitzung Stiftungsrat auf dem Dach des Alterszentrums Serata.

Daniel Wartenweiler
Gesamtleitung und
theologische Leitung

Stiftung Gott hilft
sozial.engagiert.

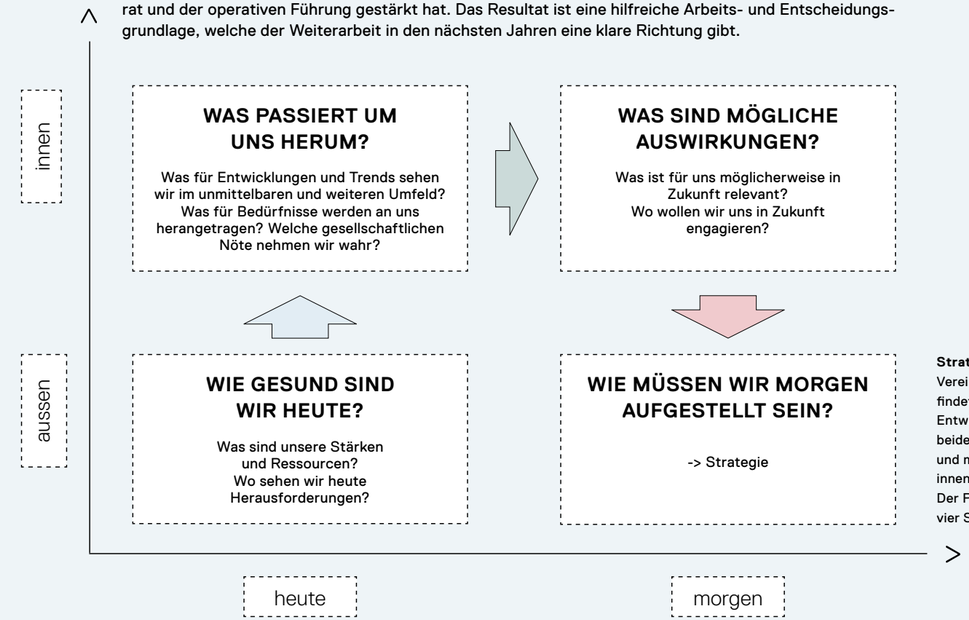
Gesamtstrategie der Stiftung Gott hilft

– damit das Leben gelingt

«Sozial engagiert fördern wir das Potential von Menschen – damit das Leben gelingt.» Die Vision der Stiftung Gott hilft bleibt hochaktuell: Wir haben uns der Förderung von Menschen und von gelingendem, gutem, hoffnungsvollem Leben verschrieben. Die neu erarbeitete Gesamtstrategie gründet auf dieser Vision. Die Kernfrage, welche die Strategieentwicklung antrieb, war: Wie können wir auch in Zukunft – und angesichts der aktuellen gesellschaftlichen Entwicklungen – unserem Auftrag treu bleiben? Wie können wir relevant bleiben und uns weiterhin an den gesellschaftlichen Brennpunkten engagieren? Wie sollen wir unsere Ressourcen aufteilen und priorisieren? Wie können wir uns fokussieren und trotzdem viel Raum lassen für Innovation und Weiterentwicklung?

DER PROZESS

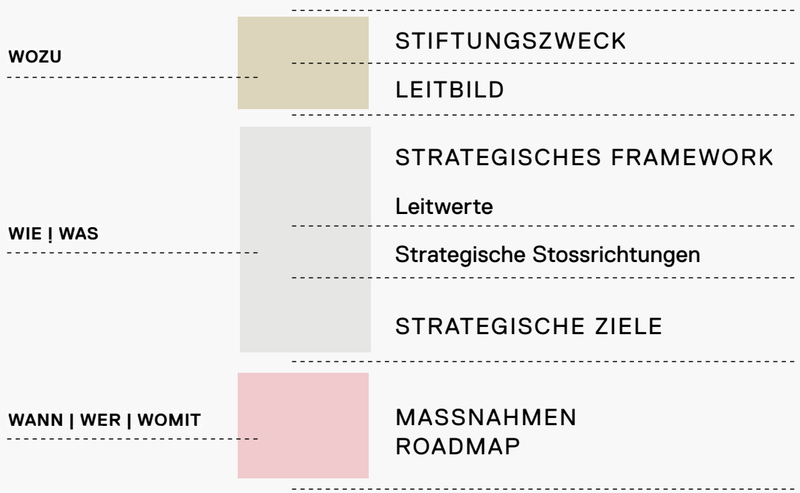
Seit Anfang 2024 haben Stiftungsrat und Geschäftsleitung unter Einbezug der Betriebsleitenden und einer externen Begleitung eine Gesamtstrategie für die Stiftung erarbeitet. Es war ein intensiver und spannender Prozess mit vielen Diskussionen, welcher insbesondere die Zusammenarbeit zwischen dem Stiftungsrat und der operativen Führung gestärkt hat. Das Resultat ist eine hilfreiche Arbeits- und Entscheidungsgrundlage, welche der Weiterarbeit in den nächsten Jahren eine klare Richtung gibt.



Strategieprozess
Vereinfacht gesagt findet Strategie-Entwicklung auf den beiden Ebenen heute und morgen, sowie innen und aussen statt. Der Prozess umfasste vier Schritte.

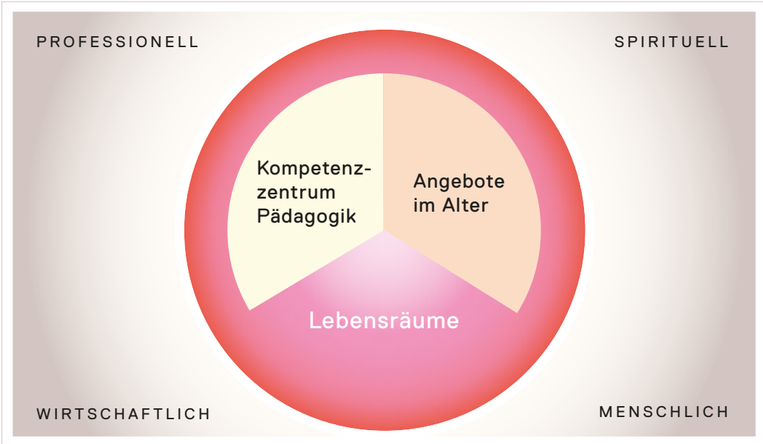
DIE STRATEGIE

Aufgrund der hohen Vielseitigkeit und der Komplexität der Stiftung hat die Gesamtstrategie eine hohe Flughöhe: Sie gibt einen Überblick und arbeitet mit einer gewissen Weitsicht – aber noch mit wenig konkreten Details. Die Strategie ist ein gemeinsames Zukunftsbild, welches eine Flugrichtung vorgibt und uns in Bewegung setzt. Sie muss jedoch in vertiefenden Prozessen auf verschiedenen Ebenen weiter bearbeitet werden.



Strategie-Ebenen
Eine Strategie beantwortet die Fragen des Zwecks/der Motivation (WOZU sind wir da?), der Werte (WIE arbeiten wir?) und der Aufgaben (WAS machen wir?).

Die Gesamtstrategie baut auf Bewährtem auf: Der Stiftungszweck und die Vision bleiben bestehen. Das Leitbild wurde minimal angepasst. Das **«Strategische Framework»** (strategischer Rahmen) veranschaulicht die Leitwerte sowie die strategischen Stossrichtungen, auf welche die Stiftung ihre Arbeit fokussiert.



Strategisches Framework

Der Kreis stellt die drei strategischen Stossrichtungen dar. Es sind qualitative und inhaltliche Schwerpunkte. Sie beschreiben jedoch nicht die Quantität der Angebote im jeweiligen Arbeitsfeld. Die Arbeitsfelder kommen der biblischen Aufforderung nach, uns um die Witwen und Waisen zu kümmern (z.B. 5. Mose 24,21; Jes 1,17), also um verletzliche Menschen am Anfang und am Ende der Lebensspanne. Das Feld «Lebensräume» nimmt die Tradition der Stiftung vom gemeinschaftlichen Unterwegssein auf und sucht im heutigen Kontext nach Lebens-, Arbeits- und Gemeinschaftsformen, die gelingendes Leben für alle Generationen fördern.

KOMPETENZZENTRUM PÄDAGOGIK

Seit ihrer Gründung legt die Stiftung ihren Schwerpunkt auf eine professionelle und vielseitige pädagogische Arbeit.

Unter dem «Kompetenzzentrum Pädagogik» werden die pädagogischen Angebote der Stiftung, die sozialpädagogische Bildung sowie die pädagogische Arbeit im Ausland zusammengeführt. Synergien in diesen Gebieten sollen in Zukunft noch stärker genutzt werden. Aus- und Weiterbildung sowie Organisationsentwicklung finden primär im pädagogischen und schulischen Kontext statt.

ANGEBOTE IM ALTER

Die Stiftung engagiert sich für ein würdiges Leben für Menschen im letzten Lebensabschnitt.

Im Bereich «Angebote im Alter» nimmt die Stiftung einen sich rasant entwickelnden gesellschaftlichen Bedarf wahr und identifiziert dies darum als ein Feld mit Entwicklungspotential. Der Ausbau und die Diversifizierung dieses Bereichs soll darum geprüft und gegebenenfalls weiterverfolgt werden. Bestehende Kompetenzen sollen ausgebaut und Synergien mit dem pädagogischen Bereich sowohl im Kontext von Fachlichkeit sowie auch der Weiterbildung stärker genutzt werden.

LEBENSRÄUME

Die Stiftung gestaltet Lebensräume, in denen Leben zum Blühen kommt.

Unter «Lebensräume» verstehen wir attraktive und sichere Orte an denen Leben, Arbeiten, Studieren und Wohnen stattfinden kann und wo Beziehungen und Gemeinschaft gelebt werden. Lebensräume schliesst sowohl Arbeitsräume, Erholungsräume, Begegnungsräume und Wohnraum mit ein. Lebensräume umfasst die anderen beiden Stossrichtungen: Alle unsere Angebote sollen als Lebensräume wahrgenommen und gefördert werden, sowohl bestehende (z.B. das Hotel Paladina) als auch neu zu entwickelnde Angebote (z.B. Generationenwohnen).

Die Leitwerte der Stiftung Gott hilft

Die Stiftung strebt in all ihren Tätigkeitsfeldern eine hohe Professionalität an.

Die Stiftung pflegt eine gelebte christliche Spiritualität als Ressource sowohl für Mitarbeitende als auch ihre Adressatinnen und Adressaten.

Die Stiftung gewährleistet die Wirtschaftlichkeit ihrer Betriebe durch eine vorausschauende und effiziente Ressourcenverwaltung.

Als diakonisches Werk sieht die Stiftung den Dienst am Menschen und die Achtung seiner Würde als zentralen Auftrag.

Die Leitwerte reflektieren sich im Leitbild und bilden den Rahmen, in dem sich unsere Angebote bewegen und an denen sie sich messen lassen. Die graubraune Verlaufsfärbung im Framework zeigt, dass diese Leitwerte sich nicht scharf voneinander abgrenzen lassen, sondern zusammenwirken und ineinander übergehen.

In der Strategie-Entwicklung setzten wir uns vertieft mit der sich verändernden Bedeutung der christlichen Spiritualität in der Stiftung auseinander. In einem weiterführenden Werteprozess sollen der Dialog über unsere christlichen Wertehaltungen und unseren diakonischen Auftrag sowie deren praktische Umsetzung in die Stiftungskultur gezielt gefördert werden.

Das Spannungsfeld zwischen christlicher Spiritualität und Professionalität soll weiter fruchtbar bearbeitet werden.

Alle Stossrichtungen und Leitwerte sind in der Strategie detailliert ausformuliert und mit strategischen Zielsetzungen und Massnahmen versehen um sicherzustellen, dass diese im alltäglichen Stiftungsbetrieb reflektiert und implementiert werden. Durch eine Umsetzungsplanung wurden die nächsten Schritte priorisiert und terminiert.

EINIGE ERSTE, KONKRETE UMSETZUNGSSCHRITTE UMFASSEN:

Durchführung **Werte- und Kulturprozess**: Überarbeitung von Kernwerten der Stiftung, Auseinandersetzung mit christlichen Grundhaltungen und deren konkreten Auswirkungen auf die Stiftungskultur.

Aktualisierung **Liegenschaftsstrategie und mehr jährige Investitionsplanung**, auch gerade bezüglich der Finanzierung der anstehenden Bauprojekte (z.B. Campusentwicklung).

Evaluation und Anpassung **Führungs- und Organisationsstrukturen**.

Betriebsanalyse des Hotels Paladina: Umsetzung von Massnahmen zur Verbesserung der wirtschaftlichen Situation, sowie Klärung der strategischen Ausrichtung.

Klärung der mittelfristigen **Strategie von God helps Uganda** und des Engagements der Stiftung im «Globalen Süden».

Übergeordnete Strategie-Erarbeitung **«Angebote im Alter»**.

Zusammenführung der Kompetenzen und stärkere Nutzung von **Synergien** in den Bereichen Weiterbildung, Coaching und fachlicher Weiterentwicklung im pädagogischen Bereich.

Stärkung und Einbindung der **psychotherapeutischen Versorgung** in den pädagogischen Angeboten.

Weiterführung der Campusentwicklung in Zizers

Wir sind gespannt, welche Entwicklungen uns in den nächsten Jahren erwarten und hoffen, dass uns die Strategie die nötige Ausrichtung und Fokussierung gibt. Bewusst bleiben wir dabei unserem Stiftungsnamen «Gott hilft» treu und vertrauen auf Gottes Leiten und auf seine Hilfe.

Daniel Wartenweiler
Gesamtleitung und
theologische Leitung

Wie Spiritualität die Gesundheit fördert

UND WAS SHALOM MIT EISBADEN, QUEERNESS UND TOTEN FLÜCHTLINGEN ZU TUN HAT.

Bereits vor 60 Jahren entdeckte Abraham Maslow in seinen Forschungen, dass gelebter Gottesglaube bzw. Spiritualität wesentlich zur Gesundheit beiträgt. Dies war für ihn als Agnostiker eine überraschende und kaum akzeptable Tatsache: Psychisch besonders gesunde Menschen tendieren zu «mystischen Erfahrungen» sogenannten Gipfelerlebnissen, Momenten der Verbundenheit mit dem Göttlichen, mit der Natur oder anderen Menschen. Heute gilt im Gesundheitsmanagement die persönliche Spiritualität eines Mitarbeitenden als eine wesentliche, positiv auf die Gesundheit wirkende, persönliche Ressource. (Vgl. Artikel im Lebendig 02/2024)

Aktuelle Erkenntnisse der Religionspsychologie sehen wie Maslow Verbundenheit als zentrales Element von Spiritualität.

Der Soziologe Hartmut Rosa formuliert in seiner Resonanztheorie, dass menschliches Leben dann gelingt, wenn er mit der materiellen Umwelt, anderen Menschen, der Natur und mit Gott resonante Beziehungen hat, Beziehungen, die auf Gegenseitigkeit beruhen und die etwas in uns anklingen lassen.

Ich finde es spannend, dass dies genau der Bedeutung des hebräischen Wortes «Shalom» entspricht: Ein geordnetes Wohlergehen in allen Dimensionen des Lebens. Dem Zusammenleben in der Familie, der Gemeinschaft der Völker, dem Verhältnis zur Natur und zur Schöpfung, und nicht zuletzt auch dem guten Verhältnis zu Gott. Shalom – der umfassende Frieden.

Diesen Shalom mit seiner Hilfe zu verwirklichen, ist Gottes Auftrag an uns Menschen. **Wir sollen Gott lieben (Lukas 10,27), die Schöpfung bewahren (Genesis 2,15) und in unseren Beziehungen nach Frieden streben, nicht nur unseren Nächsten lieben, sondern auch unsere Feinde (Matthäus 5,44).**

Oder anders gesagt: Umfassend Glauben heisst demnach, mit Gott, der Schöpfung und dem Mitmenschen in einer friedvollen, geordneten Beziehung zu stehen. Und das wiederum trägt wesentlich zu unserem Wohlergehen, zu unserer Gesundheit bei.

Was heisst das jetzt konkret? Ich mache einen kurzen Check-up: Wie steht es um den Shalom in meinem – in unserem Leben? Wie sieht diese Verbundenheit aus und ist sie meiner Gesundheit zuträglich?

Verbunden mit Gott

«Komm und still den Sturm in mir, mein rastloses Herz wird ruhig bei dir. Ich werd' ruhig bei dir.» Diese Liedzeile beschreibt meine Sehnsucht nach Gott, nach seiner Fülle. Ich erlebe Momente, in denen mein Herz tatsächlich in seiner Gegenwart zur Ruhe kommt, zum Beispiel im Lobpreis oder beim ehrfürchtigen Staunen in der Natur. Manchmal tobt der Sturm in mir weiter und ich komme zum Klagen: Gott warum? Wann stoppst du grössenwahnsinnige alte Führer, die andere Länder überfallen und hunderttausende auf dem Gewissen haben, warum verhungern Kinder minütlich, warum müssen Menschen auf den Strassenstrich, damit sie ihre Familie ernähren können? Gottes Shalom soll jetzt anbrechen, nicht erst in ferner Zukunft.

Verbunden mit den Menschen, mit dem Nächsten

Meine wichtigsten Beziehungen sind meine Familie, meine Frau, unsere vier Kinder. Damit diese Verbundenheit so kostbar bleibt, muss ich mir aber gemeinsame Zeiten einplanen, in denen ich zugewandt bin und nicht mit den Gedanken bei der Arbeit hänge. Wertvoll sind mir die Freundschaften im Hauskreis. Gemeinsam unterwegs sein im Leben und im Glauben, sich Austauschen über das, was uns bewegt.

Wichtig ist mir auch eine solidarische Gesellschaft. Den Grundwert gibt unsere Verfassung vor, «dass die Stärke des Volkes sich misst am Wohl der Schwachen». Leider ist davon momentan wenig zu sehen: Ausgrenzungsprozesse in der Gesellschaft nehmen zu, die Abwertung des «Anderen» ist wieder salonfähig. Es ist eine «wachsende erlaubte Unanständigkeit» in der Politik und Gesellschaft zu beobachten. Wäre es nach dem Liebesgebot Jesu nicht meine, bzw. unser aller Verantwortung, entschieden gegen solche menschenfeindlichen Tendenzen, gegen Ausgrenzung, Hass und Hetze einzustehen, statt mitzumachen bzw. sie stillschweigend zu tolerieren? In vielen christlichen Gemeinden machen queere Menschen die Erfahrung, dass für sie kein Platz ist und sie mit ihrem Sein nicht akzeptiert werden. Das erstaunt mich nicht. Meine Wahrnehmung ist, dass die Haltung zu queeren Menschen momentan das meistdiskutierte Phänomen ist. «Das ist doch nicht gottgewollt.» «Das widerspricht der Bibel.» Ich atme den Geruch von Pharisäertum. Ist es das, was Jesus von uns wünscht? Soll die Gemeinde nicht Raum bieten für alle Menschen, ein Ort des Wohlgeruchs sein, an dem jeder Mensch ein Stück himmlischer Gnadenrealität erleben kann?

Kein Mensch ist illegal. Menschenwürde ist für uns selbstverständlich, aber gilt sie auch für Flüchtlinge, die sich in Europa ein besseres Leben erträumen? Wir schotten uns ab, profitieren von den gnadenlosen und menschenverachtenden Abwehrmassnahmen der EU, die wir mitfinanzieren. 30'733 Menschen sind seit 2015 an den EU-Aussengrenzen gestorben. Dass Flüchtlinge sterben, wird in Kauf genommen. «Mehr Migration verträgt es nicht.» Und was ist unsere Strategie? Nichts sehen, nichts hören und nichts fühlen? Verdrängen und ignorieren, statt Handeln wie der barmherzige Samariter? Wegschauen und Ignorieren führt zu mentaler Verhärtung und zu Stress, gesellschaftlich führt es zu Misstrauen, Angst und einem Klima der Gewalt. Barmherzigkeit dagegen fördert die Empathie und wirkt heilsam auf Körper, Seele und Gemeinschaft. Gesundheit wächst, wo wir uns nicht verhärten, sondern berühren lassen.

Verbunden mit der Natur und dem materiellen Umfeld

Seit einigen Jahren tauche ich einmal im Monat in einen See ein, was vor allem im Winter eine erfrischende Wirkung hat. Beim Auftauchen fühle ich mich wie neugeboren und geniesse das geniale Körpergefühl. Schwimmen in kaltem Wasser fördert die mentale und die körperliche Gesundheit. Es stärkt das Immunsystem, verbessert die Durchblutung, lindert Entzündungen. Die Ausschüttung von Endorphinen, Dopamin und Noradrenalin führt zum Abbau von Stress, fördert die Erholung und macht zufriedener.

Aber was bedeutet dieses kleine persönliche Glück angesichts der menschgemachten Klimakatastrophe und Umweltzerstörung? Sorge tragen zur Umwelt, Sorge tragen zu den uns anvertrauten Ressourcen. Das ist angesichts von Fast Fashion und oder krankmachender Kinderarbeit für die Rohstoffe meines Handys eine unangenehme Sache. Kann ich angesichts meines Lebensstils, meines Lebens, in einer Überflussgesellschaft überhaupt von Sorge tragen reden? Was brauche ich? Auf was könnte ich verzichten? Der Swiss-Overshoot-Day war der 7. Mai 2025. An diesem Tag haben wir in der Schweiz mehr Ressourcen verbraucht, als die Erde in einem ganzen Jahr an nachwachsenden Rohstoffen erneuern und zur Verfügung stellen kann. Oder anders ausgedrückt, ab dem 8.Mai leben wir auf Kosten der zukünftigen Generationen.

Ist das das, was Gott mit Schöpfung bewahren meint? Dieser kurze Check-up zeigt, dass es noch ein weiter Weg ist bis wir mit Gott, der Schöpfung und den Mitmenschen in Beziehungen stehen, die vom göttlichen Shalom durchdrungen sind. Wir können die Hände in den Schoss legen, unsere Augen verschliessen und auf Jesu Wiederkunft warten. Oder den göttlichen Auftrag ausführen und uns für friedvolle, geordnete Beziehungen einsetzen und so mit Gottes Hilfe ein Stück Reich Gottes erlebbar machen.

Zum Schluss nochmals ein Wort zur Gesundheit: Neurowissenschaftler Joachim Bauer bezeichnet in seinem Buch «Prinzip Menschlichkeit» die Verbundenheit als «stärkste und beste Droge für den Menschen». Es wird Oxytocin ausgeschüttet, das eine Reihe von gesundheitsförderlichen Auswirkungen hat: es senkt den Blutdruck, dämpft das Angstzentrum und wirkt stresslindernd und beruhigend. Bauer kommt zum Schluss, dass wir aus neurobiologischer Sicht ein auf soziale Resonanz und Kooperation angelegte Wesen sind und widerlegt damit die weit verbreitete These, der Mensch sei primär auf Egoismus und Konkurrenz eingestellt. Shalom!

Christian Eckert
Co-Schulleitung
HFS Zizers

ENTWICKLUNG DER GESUNDHEITS-FÖRDERUNG IN DER STIFTUNG GOTT HILFT

und was seit dem Dossier «Miteinander Gesund» entstanden ist.

Eine Mitarbeiterin im Zentrum Serata begleitet einen demenzkranken Menschen durch einen herausfordernden Tag. Ein Sozialpädagoge unterstützt eine Familie, in der die Belastung schwer auszuhalten ist. Beide sind mit viel Herzblut bei der Arbeit. Sie sind sich bewusst, wie wichtig es ist, nicht nur die Gesundheit der zu begleitenden Personen, sondern auch ihre eigene Gesundheit im Auge zu behalten.

«Gesundheit am Arbeitsplatz – Mitanand Verantwortung übernehmen» – so lautete der Titel der Lebendig-Ausgabe 02/2024. In einem Dossier wurde das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) vertieft vorgestellt. Es wurde berichtet, wie es funktioniert, welchen Nutzen es bringt und in welchen rechtlichen Rahmen es eingebettet ist. Ausserdem gaben die Betriebe der Stiftung Gott hilft einen sehr persönlichen Einblick in das Thema Gesundheit am Arbeitsplatz.

NICHT NUR REDEN, SONDERN AUCH HANDELN

Nach der Publikation war allen klar, dass es bei diesen Worten nicht bleiben durfte. Zwar gibt es in der Stiftung schon viele gesundheitsförderliche Elemente wie Supervision, Teamanlässe, Retraiten und Weiterbildungen. Doch all das war bisher nicht als zusammenhängendes System gedacht. Es fehlte der verbindliche Rahmen, in dem Gesundheit systematisch gefördert, gesteuert und überprüft werden kann.

So entstand die Idee, ein Konzept für Gesundheitsförderung zu entwickeln. Die Grundlage war bereits gelegt durch die damaligen Beiträge im «Lebendig», die auch eine wichtige Sensibilisierung ausgelöst hatten. Viele Mitarbeitende in der Stiftung arbeiten seit vielen Jahren, ja sogar Jahrzehnten, mit grossem Engagement und hoher Motivation. Das ist ein deutliches Zeichen dafür, dass die Stiftung schon Vieles im Hinblick auf Gesundheitsförderung unternimmt, auch wenn dies bisher nicht offiziell so deklariert wurde.

Somit war kein Neuanfang bei null nötig, sondern vielmehr ein Erfassen, Zusammenführen von Bestehendem und ein Systematisieren. Gleichzeitig wurden klare Zuständigkeiten geschaffen. Es wurde eine verantwortliche Person für das Betriebliche Gesundheitsmanagement ernannt und eine Arbeitsgruppe ins Leben gerufen, die das BGM nun gemeinsam mit allen Betrieben weiterträgt.

ERRUNGENSCHAFTEN DES NEUEN KONZEPTES

Das Konzept basiert auf einem ganzheitlichen **Verständnis** von Gesundheit. Es geht nicht nur um körperliche Gesundheit, sondern ebenso um die psychische, soziale und spirituelle Dimension. Diese Sichtweise durchzieht die gesamte Organisation von den Mitarbeitenden über die Führung bis hin zu den Klientinnen und Klienten.

Gesundheitsförderung ist bereits im Leitbild integriert und wird in Zukunft in Prozessen und Führungsinstrumenten **fest verankert**. Die Gesundheitsförderung hat eine feste Anlaufstelle in der Stiftung. Die Arbeitsgruppe setzt jedes Jahr Schwerpunkte.

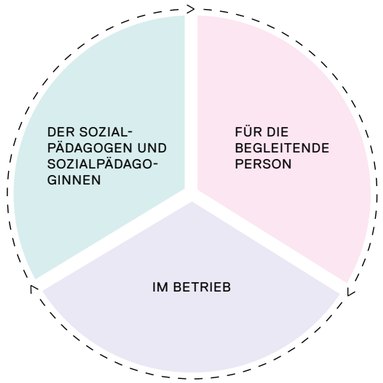
Das neue Konzept vereint die vielen Aktivitäten unter ein gemeinsames Dach und beinhaltet eine breite Palette von Themen wie Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben bis hin zur Gestaltung der Führungskultur. Der Auftakt der Betrieblichen Gesundheitsförderung wird eine breit angelegte Umfrage zu Ressourcen und Stressoren in allen Betrieben der Stiftung bilden. Durch Befragungen und Indikatoren lässt sich erkennen, wo Mitarbeitende gestärkt werden können und wo die Belastungen am meisten drücken. Auf dieser Basis werden konkrete Verbesserungen partizipativ erarbeitet.

Ein Konzept ist noch kein Endpunkt, sondern ein Startsignal. Wie komplex die Umsetzung sein wird, welche Ressourcen notwendig sein werden und welche Zeitpläne sinnvoll erscheinen, wird sich zeigen. Doch klar ist, dass der Grundstein gelegt ist und nun weitere Schritte folgen.

BRÜCKE ZWISCHEN THEORIE UND PRAXIS

Spannend ist auch der Brückenschlag zur Ausbildung an der Höheren Fachschule für Sozialpädagogik (HFS Zizers). Im neuen Rahmenlehrplan Sozialpädagogik hat das Betriebliche Gesundheitsmanagement einen festen Platz erhalten. Seit der Einführung des neuen Curriculums an der HFS im Jahre 2022 nimmt das Thema Gesundheit deutlich mehr Raum ein. Es wird sowohl auf der Ebene der Klientinnen und Klienten als auch in Bezug auf die eigene Gesundheit als Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen, sowie auf betrieblicher Ebene behandelt. Neu hinzugekommen ist die Frage, wie Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen die Gesundheitskompetenzen der Klientinnen und Klienten gezielt stärken können. Dabei spielen Themen wie Essen / Ernährung, Bewegung / Sport, Schlaf, Pflege / medizinische Betreuung, aber auch der Einsatz von Tieren und Musik eine Rolle.

GESUNDHEITSMANAGEMENT



BETRIEBLICHES GESUNDHEITS-MANAGEMENT IST LÄNGST KEIN «NICE TO HAVE» MEHR.

Angesichts des Fachkräftemangels ist ein Betriebliches Gesundheitsmanagement unverzichtbar, auch und gerade in sozialen Organisationen, wo gesunde Mitarbeitende die Basis für eine qualitativ hochwertige Betreuung sind. Heutzutage erwarten auch die Aufsichtsbehörden ein funktionierendes BGM.

Die Stiftung Gott hilft hat einen grundlegenden Schritt getan vom «Mitanand gsund» hin zum systematischen Gesundheitskonzept. Das Konzept muss nun mit Leben gefüllt werden. Hoffentlich können wir schon in einem Jahr sagen, dass das Betriebliche Gesundheitsmanagement ein gelebter und völlig integrierter Teil unserer Stiftungs-Kultur geworden ist.

Andrea Grossen
Dozentin HFS Zizers

Gesund Altern

GESUNDHEITS-FÖRDERUNG IM ALTER

Der Einfluss finanzieller Sicherheit auf das Wohlbefinden älterer Menschen

Die ehemaligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stiftung Gott hilft haben seit der Gründung der Stiftung im Jahre 1916 nebst freier Kost und Logis ein bescheidenes Taschengeld erhalten. Im Laufe der Jahre wurden diese Leistungen kontinuierlich ausgebaut (Kleidergeld, Feriengeld, Ausbildungszulagen für Mitarbeiterkinder usw.).

Im Jahre 1951 hat der Verein Traugott sein Kinderheim in Herrliberg der Stiftung Gott hilft geschenkt. Nebst der schönen Liegenschaft mit viel Umschwung wurde auch das gesamte Vereinsvermögen (ca. CHF 300'000) der Stiftung Gott hilft vermacht. Ein Finanzberater von Vater Rupflin riet ihm, diese für damalige Verhältnisse grosse Summe nicht in anstehende Projekte und finanzielle Engpässe zu investieren, sondern für seine älter werdende Mitarbeiterschaft Rückstellungen fürs Alter zu generieren. In den 1960er-Jahren wurde mit diesem Startkapital die Personalfürsorgestiftung Traugott gegründet, die fortan jedes Jahr durch Beiträge der Stiftung Gott hilft aufgestockt wurde. Mit der Einführung des BVG's (Bundesgesetz über die berufliche Alters-, Hinterlassenen- und Invalidenvorsorge) wurden dann für die Mitarbeiter separate Altersvorsorgekonti geführt.

Mit dem Neubau des Bethanienheimes in Zizers durften die ersten Pioniere ihr Ruhestandshaus beziehen. Da die Zahl der alten Mitarbeitenden ständig zunahm, war allen Verantwortlichen klar, dass ein neues, zeitgemässes Altersheim gebaut werden musste. Mit der Einweihung des neuen Altersheims (Serata) im Jahr 1975 durften alle pensionierten Mitarbeiterinnen- und Mitarbeiter im schönen Neubau ihre Einerzimmer beziehen.

Da die Entlöhnungsform damals ein verpfründungsähnliches Verhältnis mit der Stiftung Gott hilft darstellte, war die Stiftung verpflichtet, für die Mitarbeitenden bis an ihr Lebensende zu sorgen. Die Heimkosten wurden durch die AHV-Rente, die Traugottrente und Zuwendungen der Stiftung Gott hilft abgedeckt. So konnten unsere langjährigen Mitarbeitenden ihren Lebensabend ohne finanzielle Sorgen in ihrem schönen neuen Zuhause geniessen. Mit dem Systemwechsel im Jahre 2003 wurde mit jedem aktiven Mitarbeitenden ein Arbeitsvertrag nach den geltenden Vorschriften des Obligationenrechts abgeschlossen. Ab diesem Zeitpunkt war und ist jede beschäftigte Person für deren finanzielle Situation im Alter selber verantwortlich.

Finanzielle Sicherheit im Alter

Mit dem Älterwerden verändern sich die Bedürfnisse, Prioritäten und Herausforderungen eines Menschen grundlegend. Besonders die Gesundheit steht im Mittelpunkt, wenn es um Lebensqualität im Alter geht. Ein entscheidender Faktor, der die Gesundheit massgeblich beeinflussen kann, ist die finanzielle Sicherheit.

Doch wie genau wirkt sich Geld auf das Wohlbefinden im Alter aus? Studien haben ergeben, dass finanzielle Sicherheit Stress, Angst und Depressionen reduziert. Wer keine Sorge um die Deckung der Grundbedürfnisse hat, fühlt sich insgesamt sicherer und kann das Leben im Alter – auch mit Einschränkungen – besser geniessen.

Doch viele ältere Menschen sorgen sich um ihre finanzielle Zukunft. Fragen wie: «Reichen meine Renten und Ersparnisse bis zu meinem Lebensende?» Oder: «Wie finanziere ich einen allfälligen Pflegeheimaufenthalt?» können sich negativ auf das seelische Gleichgewicht auswirken.

Seit meiner Pensionierung als Leiter Finanzen und Administration habe ich viele jüngere und ältere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Fragen der finanziellen Vorsorge im Hinblick auf den Ruhestand beraten. Dabei geht es mir besonders darum, den Ratsuchenden die rechtlichen Möglichkeiten aufzuzeigen, die uns unser gut organisierter Sozialstaat anbietet. Mit meinen Klienten besprechen wir schrittweise folgende Themen:

RENTENSITUATION

Bei Klienten, die noch im Berufsleben stehen, gibt die AHV-Rentenberechnung und der jährliche Vorsorgeausweis der Pensionskasse Aufschluss über die zukünftigen Rentenleistungen. Wurde noch eine Lebensversicherung oder ein Säule 3a abgeschlossen, werden diese zu den Rentenleistungen aufgerechnet. Dabei wird anhand eines Budgets geklärt, ob die Renteneinkünfte für die Lebenskosten ohne Heimaufenthalt ausreichen, was meistens der Fall ist.

VORSORGEDOSSIER

Als nächster sinnvoller Schritt wird ein Vorsorgedossier angelegt: mit Patientenverfügung, Vorsorgeauftrag und Testament. Zusätzlich ist es für Ehepaare, die bei der Heirat den gesetzlichen Güterstand der Errungenschaftsbeteiligung gewählt haben (was in der Regel der Fall ist) ratsam, aus erbrechtlichen Gründen einen Ehevertrag abzuschliessen. Wichtig ist mir, dass meine Klienten sich in Ruhe Gedanken machen, was im Falle von Krankheit, Urteilsunfähigkeit und Tod passieren soll.

Für die Erstellung aller erwähnten Dokumente gibt es sehr gute Hilfestellungen. Beim Abfassen solcher Dokumente ist eine fachliche Beratung sehr wichtig. Einige Dokumente erfordern eine qualifizierte Schriftlichkeit oder die Bestätigung durch einen Notar.

Seit kurzem bietet die Stiftung Gott hilft auf ihrer Homepage die Möglichkeit an Vorsorgeauftrag, Patientenverfügung und Testament online zu erstellen. Unter dieser Rubrik finden sich auch wertvolle Erklärungen und Erläuterungen zu den obengenannten Themen.

Vorsorgeauftrag, Patientenverfügung und Testament online erstellen

https://www.stiftung-gotthilft.ch/de/nachlass-und-testament

ERGÄNZUNGSLEISTUNGEN

Und zu guter Letzt nochmals eine gute Nachricht: Sollten die Rentenleistungen für die erste oder zweite Ruhestandsphase nicht ausreichen, den Lebensunterhalt zu bestreiten, helfen die Ergänzungsleistungen zur AHV/IV die üblichen Lebenskosten mit oder ohne Heimaufenthalt zu decken. Zusammen mit der AHV und IV gehören die Ergänzungsleistungen (EL) zum sozialen Fundament unseres Staates. Ein Merkblatt zu den Leistungen der Ergänzungsleistungen kann bei jeder Ausgleichskasse oder Zweigstelle AHV/IV bezogen werden.

SICHERHEIT, AUCH ÜBER DIE FINANZEN HINAUS

Finanzielle Sicherheit im Alter trägt zum Wohlbefinden bei – diese Sicherheit ist ein grosses Privileg in unserem Land. Damals musste sich die Stiftung im Sinne von «Gott hilft» selbst um die Versorgung bis zum Lebensabend kümmern. Doch auch in Zukunft ist uns als Stiftung das gemeinschaftliche Unterwegssein verschiedener Generationen, die gegenseitige Unterstützung und das Leben aus dem Vertrauen auf Gott zentral wichtig. In diesem Sinne geht Sicherheit weit über die Finanzen hinaus.

Werner Haller
Ehemaliger Leiter Finanzen und
Administration der Stiftung Gott hilft

INTERVIEW MIT CHRISTOPH «CHRÜSCH» GERBER

Vom Umgang mit einer chronischen Erkrankung...

bei der Arbeit und im persönlichen Leben ... *damit das Leben gelingt*

Chrüsch mit seiner Familie

Lieber Chrüsch,
Stell dich der Leserschaft doch kurz vor.

Hallo zusammen! Schön habe ich auch endlich einmal das Privileg, im «lebendig» einen Bericht zu schreiben. Nein, Spass beiseite.

Ich bin Christoph «Chrüsch» Gerber, gehöre seit diesem Jahr auch zu den 40ern, bin verheiratet, habe zwei Mädels (5- und 9-jährig) und wohne in Igis. Bei meinen Hobbies dreht sich mehr oder weniger alles rund um den Sport. Hauptsächlich aber Tennis und Eishockey.

Ich arbeite seit 2011 in der Stiftung Gott hilft. Zuerst absolvierte ich die berufsbegleitende Ausbildung zum Sozialpädagogen in der Jugendstation ALLTAG und mittlerweilen bin ich seit 10 Jahren im Schulheim Zizers tätig.

Erzähl' uns doch von dem Erleben mit deiner Krankheit ...

Als Kind war ich kerngesund – selten krank und hatte ausser Asthma und Heuschnupfen nie Probleme. Und dann, mit 18, plötzlich der erste epileptische Anfall. Das war ein ziemlicher Schock. Ich war mitten in der Lehre und wusste nicht, was jetzt los ist. Nach einigen Untersuchungen kam dann die Diagnose: Epilepsie. Willkommen in meinem neuen Leben ...

Während den ersten Jahren waren die Anfälle selten und wenn, dann nur nachts. Medikamente sollten helfen. Sie haben schon geholfen, aber naja: sie haben auch meinen Kleiderschrank, den Geldbeutel und mein Selbstvertrauen herausgefordert, weil ich innerhalb weniger Wochen 10 Kilo mehr draufhatte. Die Anfälle wurden über die Jahre trotz Medikation häufiger und traten nun auch tagsüber auf. Tagsüber aber nur kleine. Ich konnte auf Poker Face machen,

Epilepsie. Willkommen in meinem neuen Leben...

sodass niemand merkte, was gerade in meinem Gehirn abging. Ich war nicht komplett weggetreten, es war einfach für ein bis zwei Minuten alles etwas surreal.

2012, mit 27, stand ich dann vor der grossen Frage: Operation, ja oder nein? Eigentlich wollte ich wieder anfallsfrei sein, aber ich war gerade mitten im zweiten Ausbildungsjahr zum Sozialpädagogen. Eine OP hätte bedeutet: langer Unterbruch, Ausbildung aufs Eis legen, nicht mehr Autofahren ... Das wollte ich nicht. Also entschied ich mich, weiter auf Medikamente zu setzen.

Mehrere Jahre lebte ich damit – doch es wurde schlimmer. Irgendwann hatte ich auch am Tag grosse Anfälle, ohne jede Vorwarnung. Zack. Einfach weg. Deutlich merkte ich, dass Stress oft ein Auslöser war. Mentaler Druck, Zeitdruck, schwierige Situationen bei der Arbeit mit den Kindern, Momente, verbunden mit starken Emotionen, die ich erst verarbeiten musste, lange Bildschirmzeiten: all das konnte Anfälle auslösen. Das war eine schwierige Zeit für mich – nicht nur körperlich, auch psychisch. Ich hatte teils Ängste, hinterfragte meinen Beruf und meine Zukunft. Manchmal fühlte ich mich richtig ohnmächtig, teils sogar mit leicht depressiven Gedanken.

Ich fragte mich beispielsweise: «Kann ich noch alleine in die Stadt gehen?» oder «Brauche ich ein Schild um den Hals: Keine Panik, ist nur Epilepsie!»? Eine Mischung aus Humor und echter Sorge. Spätestens, als ich mir dann auch eingestehen musste, dass ich nicht mehr Autofahren kann, war mir klar: So geht es nicht mehr weiter.

2020 war dann der Zeitpunkt gekommen, an dem ich mich für die Operation entschied. Nach vielen Untersuchungen wurde ich im Frühling 2021 tatsächlich operiert. Und was soll ich sagen? Ich bin froh, habe ich es gemacht! Seither geht es mir viel besser. Ich nehme zwar noch Medikamente, bin aber anfallsfrei geworden. Ich kann wieder Auto fahren, wieder entspannt unterwegs sein und wieder so leben wie früher.

Was hat dir geholfen?

In den ersten Jahren mit der Krankheit brauchte ich keine Unterstützung. Ich hatte mich mit der Krankheit abgefunden. es war halt einfach so. Als die Anfälle schlimmer wurden, habe ich mir dann das Ganze etwas kleingeredet. Vor allem auch aus dem Grund, weil ich Angst hatte, dass ich den Fahrausweis abgeben muss. Als es mir tatsächlich nicht mehr so gut ging und ich mich für die Operation entschieden hatte, zog es natürlich auch für meine Arbeit im Schulheim und die Gruppe Schwalben Konsequenzen mit sich. Mein damaliger Gruppenleiter, Philippe Recher, und der Heimleiter, Daniel Rothenbühler, haben mich ernst genommen, sowohl vor als auch nach der Operation. Es war ein schönes Gefühl zu wissen, dass ich unterstützt werde, dass jemand an mich glaubt und mich nicht einfach fallen lässt. Das ist keineswegs selbstverständlich. Natürlich war auch die IV noch mit im Spiel, welche mittragend war. Ich überlegte mir auch, ob ich sogar noch einmal in einen anderen Arbeitsbereich wechseln und nochmals eine neue Ausbildung machen soll.

Nebst meinem Arbeitgeber hat mich natürlich auch meine wunderbare Frau Joy und meine Familie getragen. Es war und ist schön, sie an meiner Seite zu haben.

Und sicher auch hilfreich war mein Glaube. Der gab mir Sicherheit, Zuversicht und Frieden im Herzen.

Vielen Dank, Chrüsch, für deine Offenheit.

Christoph Gerber
Sozialpädagoge
Schulheim Zizers

Rückblick pädagogischer Fachtag

Emodiversität

Der jährliche Fachtag der Stiftung Gott hilft ist für die Mitarbeitenden der pädagogischen Angebote ein besonderes Highlight. Im März 2025 stand er unter dem Motto **«Brain JOY – Emodiversität und mentale Stärke»**. Im Zentrum standen die faszinierenden Fähigkeiten unseres Gehirns, dessen enorme Leistungsfähigkeit und gleichzeitig aber auch Verletzlichkeit.

Dr. Maria Brasser-Michel von der Hirncoach AG führte die Teilnehmenden mit Leichtigkeit und Fachkompetenz in die Thematik ein. Sie verband wissenschaftliche Erkenntnisse mit erlebbaren Übungen und schuf damit eine Lernumgebung, die sowohl geistig anregte als auch Freude bereitete. Im Folgenden teile ich einige Eindrücke, Erkenntnisse und drei persönliche Reflexionen zum Fachtag:

1. EIN GEHIRN: USE IT OR LOSE IT!

Das Eintauchen in die faszinierende Welt unseres Superorgans war eine ganzheitliche Erfahrung mit bleibenden Eindrücken. 2 % des Körpergewichtes benötigen 20 % des Sauerstoffs und der Energie eines Menschen.

Die Referentin zeigte, wie theoretischer Input leichter aufgenommen werden kann und im Wissen verankert wird:

- Aus 12 Millionen Inputs filtert das Ultrakurzzeitgedächtnis (unbewusst) 40 Eindrücke, die ins Kurzzeitgedächtnis gelangen.
- Ins Langzeitgedächtnis schaffen es Informationen, die ganzheitlich verstärkt aufgenommen wurden.
- Bildgebende Verfahren der modernen Hirnforschung belegen den positiven Einfluss von Humor, Bewegung, Musik, Visualisierung und unerwarteten Auffälligkeiten auf die Speicherfähigkeit.
- Unter diesen Voraussetzungen wird im limbischen System unseres Gehirns ein chemischer Cocktail erzeugt, der unser Lernen begünstigt. Wir brauchen also mehr abwechslungsreiche Lernumgebungen und weniger Frontalunterricht.

→ **Lernen ist ein hoch komplexer Prozess!**

2. NEUE WEGE SIND NICHT AUSGEBAUT

Als Sozialpädagoge bin ich Berater, Erzieher und Begleiter mit einem Vermittlungsauftrag. Unser Gehirn arbeitet energie-effizient: Es bevorzugt bekannte, bequeme Daten-Autobahnen. Lernen bedeutet, diese «Autobahnen» zu verlassen und sich auf umständliche «Nebenstrassen» zu begeben.
Unsere Adressaten in den pädagogischen Angeboten haben oft eingeschränkte kognitive Kapazitäten und stehen unter Druck, ganz neue Verhaltensweisen zu erlernen. Wir sind gefordert, sie ermutigend und motivierend über in Vergessenheit geratene, kurvenreiche und abschüssige «Bergstrassen» zu begleiten.

Am Fachtag wurde viel gelacht, achtsam geatmet, befreit gespielt, komplexe Körperübungen wurden ausprobiert und – vielleicht am wichtigsten – bewusst Beziehung und Interaktion erlebt.

→ **Ich möchte in meiner Arbeit mit Menschen den Aspekt von Freude und Ganzheitlichkeit bewusst hervorheben!**

3. EIN HOCH AUF DEN DEFAULT-MODUS DES GEHIRNS

Maria Brasser verstand es, die Anwesenden persönlich anzusprechen. Besonders betroffen machten die empirischen Daten zum Einfluss des Smartphones auf unser Leben und auf unsere Gehirnentwicklung. Der Verführer der Neuzeit lockt uns in die Unruhe:

- Heute erhalten wir an einem Tag so viele Informationen wie vor 80 Jahren in einem ganzen Leben.
- Unsere Leistungsfähigkeit sinkt um bis zu 15 %, wenn ein ausgeschaltetes Smartphone schon nur in unserem Sichtfeld liegt.
- Unser Gehirn liebt den Wechsel zwischen Executive- und Default-Modus. Produktives Denken geht Hand in Hand mit Ruhe, Spaziergängen, Musik oder Tanzen.

Neurowissenschaftlich ist belegt: Kreative Ideen entstehen oft in Zeiten der Langeweile und nicht im verkrampften Nachdenken. Doch genau diese Pausen gehen verloren, wenn wir zwischenzeitlich ständig zum Smartphone greifen.

Das Paradoxe: Nach geistig fordernder Arbeit sehnen wir uns nach Erholung und ziehen doch das Handy hervor. Durch News und Social Media wird Dopamin ausgeschüttet … wir scrollen süchtig weiter … und erschöpfen unser Gehirn so zusätzlich. So verdrängt der dauerhafte Executive-Modus den wichtigen Default-Modus. Unser Hirn verkümmert in einem zentralen Bereich.

→ **Ich gehe ohne Handy spazieren! Und wenn ich ein Buch lese, sperre ich den Verführer in den Schrank!**

(in einem anderen Zimmer! Anmerkung der Redaktion :)

Thomas Rentsch
Sozialpädagogische Fachstelle SoFa

Sozialpädagogische Fachstelle SGH

In der **Sozialpädagogischen Fachstelle** hat sich in den letzten Monaten einiges getan. Die Angebote wurden weiterentwickelt und die Website aktualisiert. Nun stehen die Neuerungen zur Verfügung:

NEUE FORM DER UNTERSTÜTZUNG FÜR PFLEGEFAMILIEN

Neben der Möglichkeit, sich als Pflegefamilie bei der sozialpädagogischen Fachstelle (SoFa) anstellen zu lassen, gibt es neu das Angebot einer befristeten fachlichen Begleitung auch ohne Anstellungsverhältnis.

Damit richtet sich die Fachstelle an Familien, die ein Kind aufnehmen möchten oder bereits in einem Pflegeverhältnis (egal ob das Kind verwandt ist oder nicht) leben und keiner Platzierungsorganisation angeschlossen sind. Die Begleitung läuft in der Regel über mindestens sechs Monate und kann je nach Bedarf verlängert werden.

Im Zentrum steht eine enge Unterstützung der Pflegeeltern in ihrem Alltag. Dazu gehören pädagogische Beratung bei Erziehungsfragen, die Stärkung der Sicherheit in der Rolle als Pflegeeltern und die Begleitung im Umgang mit herausforderndem Verhalten, insbesondere im Bereich Bindung. Die Fachstelle bringt zudem traumapädagogische Perspektiven ein und vermittelt Wege, wie Pflegeeltern ihre Aufgabe auch in belastenden Situationen stabil gestalten können.

Die Begleitung beinhaltet nicht nur Beratungsgespräche, sondern auch praktische Unterstützung im Pflegealltag. Pflegeeltern profitieren von Weiterbildungsangeboten, der Möglichkeit zur Vernetzung mit anderen Familien und einem Pikettdienst, der rund um die Uhr erreichbar ist.

WEITERENTWICKLUNG DER ANGEBOTE FÜR FAMILIEN

Die Sozialpädagogische Fachstelle begleitet Familien direkt, vor Ort und im Alltag, um sie in herausfordernden Lebenssituationen zu stärken und Hilfe zur Selbsthilfe zu bieten. Im Zentrum steht die Sozialpädagogische Familienbegleitung (SPF), die je nach Bedarf und Situation unterschiedliche Intensitäten aufweist:

- Bei **Kurz-SPF** werden Familien gezielt drei bis fünf Mal besucht, um konkrete Fragestellungen wie Übergänge, Alltagskonflikte oder Entwicklungsthemen zu bearbeiten.
- Wer eine kontinuierlichere Unterstützung wünscht, kann auf die **freiwillige SPF** zurückgreifen, bei der über eine Zeitspanne von rund sechs Monaten die Familie regelmässig etwa zwei Stunden pro Woche begleitet wird.
- Bei der **behördlich angeordneten SPF**, die als Kindesschutzmassnahme mit klar definierten Zielsetzungen eingesetzt wird, dauern die Besuche in der Regel sechs bis 18 Monate.
- Das **Jugendcoaching** ist ein neues, speziell auf Jugendliche und junge Erwachsene ausgerichtetes Angebot. Hier werden sie von Fachpersonen auf ihrem Weg in die Selbstständigkeit begleitet. Ob freiwillig oder behördlich angeordnet, bietet dieses Coaching Orientierung in Fragen zu Beruf, Wohnen oder Alltagsbewältigung.

Unter dem Angebot Sozialpädagogische Beratung bündelt die Fachstelle Erziehungs- und Jugendberatung sowie den Familienrat. Diese Beratungen sind bewusst niedrigschwellig konzipiert, kostenbewusst und finden entweder vor Ort in Zizers oder online statt.

Für Behörden und Gerichte stellt die Fachstelle zudem Sozialpädagogische Abklärungen bereit. Die Fachpersonen erstellen auf Basis ihrer Arbeit in den Familien fundierte Expertisen, um beispielsweise den Bedarf an Kindesschutzmassnahmen, die familiären Rahmenbedingungen oder die Stabilität der Versorgung zu beurteilen.

Neu ergänzt die Situationserfassung dieses Angebot: In einer kompakten Variante wird bereits nach drei bis fünf Besuchen ein Bericht erstellt, der gezielt Sachverhalte zum Kindeswohl dokumentiert und Handlungsempfehlungen ermöglicht.

Weiter Informationen zu allen Angeboten findet man auf unserer Webseite.

Kontakt:
Thomas Rentsch
Telefon: +41 79 587 82 95
E-Mail: familien@fachstelle-sgh.ch

Insides aus der SoFa kann man hier im Podcast hören:

Aktuell suchen wir:

TIMEOUT-FAMILIE MIT TAGESSTRUKTUR
(gerne auf einem Bauernhof)

WOCHENEND- & FERIENFAMILIE
für ein siebenjähriges Mädchen
(zwei bis vier Wochenenden pro Monat,
ca. zehn Wochen Ferien im Jahr)

WOCHENEND- & FERIENFAMILIE
für einen dreizehnjährigen Jugendlichen
(ein Wochenende pro Monat,
vier bis fünf Wochen Ferien im Jahr)

Kontakt: Rahel Reinhard
Telefon: 079 938 30 67
E-Mail: pflegefamilien@fachstelle-sgh.ch

Weitere Informationen:
www.fachstelle-sgh.ch/de/pflegefamilie-werden

FLEXIBLE UNTERSTÜTZUNG FÜR SCHULEN

Mit **SoBi flex** bietet die Fachstelle flexible Angebote für Schulen an. Dabei geht es nicht nur um punktuelle Hilfestellung, sondern um eine Begleitung, die sich an den konkreten Bedürfnissen der Schule orientiert.

Lehrpersonen und Schulleitungen erhalten praxisnahe Hilfe bei herausfordernden Situationen, sei es im Umgang mit einzelnen Kindern, in Klassenkonflikten oder bei der Gestaltung eines förderlichen Schulklimas. Die Fachstelle arbeitet dabei eng mit den Schulen zusammen, analysiert die Ausgangslage und entwickelt individuelle Angebote. Dazu gehört nicht nur die Begleitung von Schülerinnen und Schülern, sondern auch die Unterstützung der Schule, die Beratung von Eltern und die Vernetzung aller Beteiligten.

Wer regelmässig über die Angebote für Schulen informiert werden möchte, kann sich für den SoBi flex-Newsletter registrieren:

Auf der Webseite von SoBi flex sind detaillierte Informationen zu allen Angeboten von SoBi flex zu finden:

Rahel Striegel
Leitung Sozialpädagogische Fachstelle SGH

God Helps Uganda

Unser Leben und Arbeiten in Uganda

Einfach anders

Weder falsch noch richtig – einfach anders.

Diese Aussage haben wir uns im vergangenen Jahr immer wieder in Erinnerung gerufen. In Uganda ist vieles schlichtweg anders. Wir Menschen neigen dazu, Dinge schnell einzuordnen, zu bewerten und in Schubladen zu stecken. Doch wer in einer anderen Kultur lebt, merkt schnell: Ständiges Bewerten hilft nicht unbedingt weiter. Deshalb lässt sich unser letztes Jahr mit einem einfachen Satz zusammenfassen:

Es ist anders.

Gerade in der Andersartigkeit werden Gemeinsamkeiten besonders wertvoll. Die gemeinsame Vision und das Ziel, das wir mit den Mitarbeitenden von God Helps Uganda teilen, sind für uns eine grosse Motivation.
Da ist der Glaube an einen grossen Gott, der hier wie dort derselbe ist, auch wenn wir Menschen so unterschiedlich sind. Und dann sind da die Kinder: Sie lieben Süssigkeiten und spielen gerne Fussball. Manche Dinge sind eben fast überall gleich, andere wiederum sehr anders. Komm' mit auf eine kleine Gedankenreise:

Stell' dir vor ...

- du wohnst in einem Land, wo man für die Schule und die Ausbildung Geld bezahlt – je besser die Schule, desto höher die Gebühren.
- du wirst von der Schule weggeschickt, weil die Schulgebühren noch nicht bezahlt sind.
- du bist in deiner Klasse eines von 70 bis 100 anderen Kindern und wirst von einer einzigen Lehrperson unterrichtet. Individuelle Förderung gibt es wenig.
- es ist selbstverständlich, dass du die Schulgebühren für deine jüngeren Geschwister übernimmst, sobald du eigenes Geld verdienst.
- du kannst deinen Wunschberuf nicht erlernen, weil das Geld für die Ausbildung fehlt.
- deine Ausbildung zum Maurer besteht aus 80 % Theorie und 20 % Praxis.

Und nun stell' dir vor du gehst in dieses Land und möchtest ein Berufsbildung-Projekt aufbauen. Was ist wichtig? Wo beginnen?

Stell' dir vor, du wärst in diesem Land geboren und aufgewachsen – wie hätte dein Lebensweg ausgesehen? Welche Möglichkeiten hätten sich dir geboten, welche Perspektiven wären dir offen gestanden – oder eben nicht – und wo würdest du heute wohl stehen?

Primarschule

In der Primarschule und im Kindergarten von GHU werden pro Klasse nicht mehr als 25 Schülerinnen und Schüler unterrichtet.

Im Herbst 2025 konnte mit der nächsten Bauetappe begonnen werden: Es entstehen ein zweiter Schultrakt sowie ein separates Kindergartengebäude. Einige Klassen wurden bisher in provisorischen Räumlichkeiten unterrichtet.

Berufsbildung

Mal abgesehen von richtig oder falsch: Die Schweiz darf mit gutem Grund sagen, dass sie über ein ausgezeichnetes Bildungssystem verfügt – insbesondere im Bereich der Berufsbildung.

Angelehnt an dieses System wird auch das Berufsbildungszentrum von GHU aufgebaut. Das angestrebte Verhältnis von Praxis zu Theorie liegt bei 80:20 – im Gegensatz zu vielen anderen Ausbildungsstätten in Uganda, wo das Verhältnis oft gerade umgekehrt ist. Genau hier macht das God Helps Vocational Training Centre (GHVTC) einen wichtigen Unterschied. Im Herbst 2025 konnten die sieben Lernenden vom ersten Ausbildungsjahr das dritte Real-Life Projekt auf dem GHU-Gelände abschliessen. Real-Life Projekt bedeutet, dass die Lernenden an einem echten Bauprojekt arbeiten, keine Modellarbeit. Sie haben eine Rezeption am Toreingang zum Kinderheim gebaut.

Ein solch praktischer Ansatz erfordert nicht nur ein Umdenken, sondern auch entsprechende Ressourcen und Aufträge. Umso erfreulicher ist es, dass kleinere und mittlere Bauprojekte direkt auf dem GHU-Gelände (die sonst extern vergeben worden wären) von unseren Lernenden und Ausbildnern realisiert werden konnten. Das Berufsbildungszentrum engagiert sich zudem stark dafür, künftig vermehrt Aufträge ausserhalb der eigenen Organisation zu erhalten. So soll nicht nur die praktische Ausbildung gefördert, sondern auch ein lokales Einkommen generiert werden.

Das Team vor Ort – die motivierten ugandischen Berufsbildner und wir – sind unglaublich dankbar für die Unterstützung aus der Schweiz. Diese trägt – neben den für die lokale Bevölkerung erschwinglichen Schulgebühren – wesentlich zum Betrieb und zur Entwicklung der Berufsschule bei.

Apwoyo Matek – Vielen Dank!

Mirja und Joel Berweger
Leitung Berufsbildungsprojekt
God Helps Uganda

Bau Kindergarten und Primarschule in Lira

Update von God Helps Uganda

Die Räumlichkeiten der im Februar 2025 fertig gestellten Klassenzimmer der Primarschule werden rege genutzt und bereiten allen grosse Freude. Nach einer intensiven Vorbereitungsphase laufen seit anfangs November die Bauarbeiten für den zweiten Schulblock und den Kindergarten auf Hochtouren.

Mit Blick auf die überaus positiven Rückmeldungen von Schülerinnen und Schülern der vierten bis siebten Klasse sowie den Lehrpersonen schauen wir gespannt auf die bevorstehende Weiterentwicklung für die jüngeren Kinder der GHU-Schule. Geplant sind kinderfreundlich eingerichtete, zweckmässige Zimmer für die drei Kindergartenstufen sowie eine darin integrierte WC-Anlage. Gleichzeitig erhalten auch die Erst- bis Drittklässler ihre freudig erwarteten neuen Räumlichkeiten.

In den letzten Monaten wurden Baupläne entwickelt, eine detaillierte Auflistung aller Arbeiten und Materialien erarbeitet sowie die zu erwartenden Kosten kalkuliert. Auf dieser Grundlage wurde die Suche nach einem geeigneten Generalunternehmen lanciert, dem wir nun die Ausführung der nächsten Bauphase anvertrauen konnten. Wir sind überzeugt, dass sich die eingehende Planungsphase während den bevorstehenden Bauarbeiten als sehr hilfreich erweisen wird.

Als grosse Ermutigung haben wir das Gespräch mit den Vertretern der privaten Förderstiftung erlebt, die den grössten Teil der ersten Bauphase finanziert haben. Auch für die zweite Bauphase dürfen wir nochmals mit ihrer grosszügigen Unterstützung rechnen, dafür sind wir von Herzen dankbar!

Richard Derrer
Programmleitung
God Helps Uganda

Finanzen

Die finanziell zweckgebundenen Zusagen für das Primarschul-Bauprojekt und die Berufsbildung bereiten uns grosse Freude. Leider wird im Blick auf den Versorgungsgrad der 220 anvertrauten Kinder und Jugendlichen im Kinderheim und Familien-Ermutigungsprogramm (FEP) klar, dass wir trotzdem vor sehr grossen finanziellen Herausforderungen stehen. Für die Finanzierung unseres Kernauftrages sind per Ende Oktober 2025 Spenden im Umfang von rund 160'000 CHF eingegangen, was ca. 31 % des Jahresbedarfs entspricht.

fehlende Spenden per Ende 2025
69 %

31 %
erhaltene Spenden per 31.10.2025

Dies beinhaltet: das Wohnen und die tägliche Versorgung der Heimkinder, die Sicherstellung einer persönlichen, familiären Begleitung, die schulische Förderung bis und mit Erstausbildung, die Arbeit mit den FEP-Kindern, ihren Pflegeeltern und Schulen, die medizinische und psychologische Unterstützung sowie logistische und administrative Aufwendungen. Ohne diese ist eine verantwortungsvolle Führung und Begleitung der verschiedenen Programme nicht denkbar.

Erfahrungsgemäss ist der Dezember in der GHU-Jahresrechnung ein entscheidender Monat. Die finanziellen Zuwendungen zum Jahresende sind für die Versorgung der 220 GHU-Kinder ausschlaggebend. Dabei zählt jede einzelne Spende.

Darf ich Sie zu einer Schluss-Rally zu Gunsten der Kinder von God Helps Uganda einladen?

Wenn alle Empfängerinnen und Empfänger dieser Lebendig-Ausgabe bis zum Jahresende zusätzliche CHF 45.00 zugunsten von GHU einzahlen, können wir das wichtige Ziel der Kostendeckung doch noch erreichen.

Die zahlreichen Hoffnungsgeschichten, die uns immer wieder erreichen, zeigen auf, wie kostbar, nachhaltig und lebensverändernd unsere Unterstützung im Leben der Kinder ist.

Unterstützen Sie jetzt!

Berufsbildungsprojekt

Spendenkonto
Bank: Graubündner Kantonalbank
Konto: Stiftung Gott hilft, Projekt Uganda
IBAN: CH92 0077 4110 3027 8560 5

Vermerk: Berufsbildungsprojekt

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

Kinder in Heim und Pflegefamilien

Spendenkonto
PostFinance AG
Konto: Stiftung Gott hilft, Projekt Uganda
IBAN CH78 0900 0000 9011 2156 4

Vermerk: Primarschule Lira

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

4_

Ehemaligentag der
Höheren Fachschule für
Sozialpädagogik

60 JAHRE HFS ZIZERS | 20 JAHRE BERUFS-INTEGRIERTE AUSBILDUNG

1_

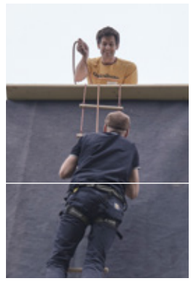
5_

... unter diesem Motto feierten wir am Samstag, 12. April 2025 unseren diesjährigen Alumni-Tag.

2_

7_

3_



6_

7_

1 —— Der Tag begann mit einem Fest-Akt im Forum Landquart. Bei Kaffee und Gipfali kamen Studierende und Dozierende zu einem vielseitigen Wiedersehen zusammen. Über Generationen hinweg trafen sich Altersgruppen, die seit 60 Jahren durch die HFS verbunden sind. Auffallend war, wie schnell das Gefühl von Vertrautheit wieder da war – als sei die gemeinsame Ausbildungszeit erst gestern gewesen.

2 —— Andrea Grossen moderierte den Festtag und begrüsste als ersten Festredner Daniel Wartenweiler, Geschäftsleiter und «Steinbock-Kind», der in einigen eindrucksvollen Spotlights den Anwesenden die Welt im Gründungsjahr 1965 und den Wandel seither vor Augen führte.

Ein besonderer Moment des Tages war der offizielle Rückblick auf die Geschichte der HFS. 60 Jahre Fachschule – das bedeutet unzählige Menschen, die hier ihre berufliche Identität gefunden und gestärkt haben. 20 Jahre berufsintegrierte Ausbildung zeigen, wie sehr sich die HFS für innovative Wege des Lernens und Lehrens stark gemacht hat.

Das enge Zusammenspiel von Theorie und Praxis hat Generationen von Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen geprägt und gestärkt.

Viele Ehemalige berichteten, wie sehr sie die Ausbildung bis heute trägt und prägt.

Gleichzeitig wurde auch nach vorne geblickt: Welche Herausforderungen erwarten uns in den nächsten Jahren? Welche Chancen liegen in einer zunehmend komplexen Arbeitswelt? Die HFS zeigte sich hier als lebendige und zukunftsorientierte Bildungsstätte, die Antworten sucht – und findet.

3 —— Bernhard Heusser und Stefan Mahr – beides ehemalige Schulleiter – erzählten von den Veränderungen der letzten Jahre: Vollzeitausbildung mit integrierter Wohngemeinschaft seit 1965, hin zu zwölf Vollzeit und zwölf berufsintegrierten Studierenden im 2024, Umbau, Aufstockung des Dozierenden-Teams, Einführung eines Sekretariates u.v.m.

4 —— Die neuen Co-Schulleiter, Christian Pekari (CP) und Christian Eckert (CE) ergänzten den Rückblick mit einem theatralischen Dialog zweier ehemaliger Vollzeitstudenten.

Mit viel Humor, Rückblick und Ausblick, umrandet mit Musik von Lydia Mayrhofer, Gesang, und Pavel Cerveny an der Gitarre feierten wir den ersten Teil des Tages.

Ein weiterer Höhepunkt war das anschliessende Mittagessen im Forum Landquart, vorbereitet von «Malaika», einem auf Arbeitsintegration basierenden professionellen Catering-Service mit traditionellen Gerichten aus aller Welt.

5 —— Workshops am Nachmittag: Vielfalt erleben

Am Nachmittag wurden sowohl in der HFS in Zizers als auch im Steinbock in Igis bei Kaffee und Kuchen die vielfältigen Aspekte und Inhalte der Ausbildung vorgestellt und geteilt.

Ehemalige Studierende brachten aus ihrem Alltag Themen und Interessen mit, welche in Workshops angeboten und rege besucht wurden: Kreative Rhythmus-Improvisation, Long-Covid bei Kindern, Vorstellung neuer Rahmenlehrplan Sozialpädagogik, Menschenhandel in der Schweiz, Eltern-Kind-Begleitung zwischen Kindesschutz und elterlicher Selbstbestimmung waren ergänzende Angebote neben Abseilen vom HFS-Balkon, einer Weindegustation im Steinbockgarten oder verschiedenen Kreativ-Posten.

6 —— So unterschiedlich die Themen waren, so einig waren sich die Teilnehmenden darin, wie bereichernd der Austausch mit Kolleginnen und Kollegen aus verschiedenen Berufsfeldern war.

7 —— Im Laufe des späteren Nachmittages, war die Freude über das Wiedersehen noch immer spürbar. Viele Gäste verabschiedeten sich mit leuchtenden Augen, dankbar für die Begegnungen und inspiriert von den neuen Impulsen. «Es war wie nach Hause kommen», brachte es eine Teilnehmerin auf den Punkt.

Der Alumnitag 2025 war damit weit mehr als ein Jubiläum: Er war ein Fest der Gemeinschaft, ein Stück lebendige HFS-Geschichte und ein kraftvoller Blick in die Zukunft.

Evi Zumsteg
Dozentin
HFS Zizers

Startklasse Kolibri in Zizers

ein neues Angebot für Kinder im ersten Schul-Zyklus[1]

Szenario

Eine Lehrperson arbeitet still für sich, während der Zweitklässler gerade in einem Geolino blättert. Im oberen Stock spielen ein Erst- und ein Zweitklässler zusammen seit beinahe drei Stunden friedlich mit Duplosteinen.

Auf demselben Stock sitzt ein Sozialpädagoge und knüpft ein Armbändeli. Eigentlich wurden die Kinder vor zwei Stunden aufgefordert, runter ins Schulzimmer zu kommen. Ein abwechslungsreiches Schul-Programm wartet dort auf sie. Der Übergang vom Spielen zum Lernen fordert sie heraus und benötigt Weisheit mit Interventionen, die mehr oder weniger gut ankommen. Der Frust kommt noch oft und heftig. Heute entscheiden wir uns dafür, die de-eskalierende Variante zu wählen und freuen uns am angeregten Spiel, der Anwendung der Standardsprache Hochdeutsch und dem gut funktionierenden sozialen Umgang. Die erfreuliche Sichtweise im Schulzimmer ist, dass ein Kind geschafft hat, überhaupt anzukommen, bereits eine Lernsequenz vom vorbereiteten Programm gelöst hat und nun weiter in der Ruhe bleibt.

Das Projekt

Das Projekt **«Starterklasse Kolibri»** entstand aufgrund einer Anfrage vom kantonalen Amt für Volksschule und Sport. Von Schulleitungen, schulpsychologischen Diensten und auch vom AVS wird von einer

Not gesprochen. Es fehlen zurzeit an vielen Orten die Lösungen für Kindergärtner und Kindergärtnerinnen mit Kindern, welche in ihren Bedürfnissen so anspruchsvoll sind und in der Führung so viele Ressourcen abverlangen, dass andere Kinder darunter leiden und ein Start in die Regelschule nicht möglich scheint. Trotz Assistenzpersonen, Heilpädagog:innen und strukturellen Anpassungen scheint teils ein geregelter Schulalltag auch nach einem dritten Kindergartenjahr als undenkbar.

Uns verwandte Institutionen hatten schon Erfahrungen mit diesen «jungen Wilden» (wie die Zielgruppe teils genannt wird) gemacht. Wir hätten mit Verweigerung und Ausrastern wie spuken, schlagen, Material zerstören und so weiter zu rechnen. Ein Arbeiten im Gruppengefüge sei fast unmöglich, mit zwei Kindern lägen ein paar Minuten drin, oft werde man sie im Eins zu Eins führen müssen. Zudem sei die Zeitspanne für konzentriertes Arbeiten sehr kurz, die Frustrationstoleranz äusserst gering. Es gelte vor allem an den sogenannten überfachlichen Kompetenzen zu arbeiten.

Mit der erwarteten hohen Betreuungsintensität wurde ein erfahrenes, motiviertes Team aufgebaut und geeignete Räumlichkeiten im Altbau am Rande des Schulheimes Zizers umgestaltet und eingerichtet. Grundlage des neuen Konzepts ist die enge Zusammenarbeit von Schule und Sozialpädagogik, wobei das Lernsetting individuell auf die Möglichkeiten und Bedürfnisse der Kinder angepasst wird.

Unsere leitende These war von Beginn weg, dass Kinder grundsätzlich nicht Aussenseiter sein wollen. Sie wollen Aufmerksamkeit nicht in erster Linie durch negatives Verhalten generieren. Die abweichenden Verhaltensweisen wollen wir als Ausdruck von Überforderung sehen und den Kindern mit der Haltung begegnen, dass innere und äussere Störfaktoren das eigentliche Kind überlagern. Die Traumapädagogik besagt, dass jedes (Fehl-) Verhalten einen guten Grund habe und sei es auch «nur» als Überlebensmechanismus. **Wir wollen auch schwierige Verhaltensweisen verstehen, ohne damit einverstanden sein zu müssen.**

Im Tandem von Lehrpersonen und Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen gestalten wir lebensnahe Lern- und Erfahrungsräume. Das Lernen mit allen Sinnen steht dabei im Fokus. Noch werden die Lernmomente oft von Verweigerungen, Streitigkeiten und Frust überlagert. Tag für Tag ist es unser Antrieb, dass die Kinder Erfahrungen des Gelingens machen, sich selber regulieren lernen und ihre sozialen Fertigkeiten ausbauen. Unsere Aufgabe ist es, ihnen einen sicheren Lernort zu ermöglichen und sie an einen geregelten Schulalltag heranzuführen.

Bisherige Erfahrungen

Die Intensivgruppe profitiert von einem erfahrenen, stabilen Team mit viel Methodenvielfalt, Ausdauer und Klarheit. Trotz teils schwierigem Verhalten der Kinder zeigt sich deutlich, dass sie kommen wollen, lernbereit sind und positive Bindungen zu Schule, Ort und Team aufgebaut haben. Fehlverhalten ist meist Ausdruck von Überforderung und mangelnden Kompetenzen. Erste Fortschritte und greifende Strukturen sind sichtbar, wenngleich die Ressourcen (Aufmerksamkeit, Energie, Frustrationstoleranz, Sozialkompetenz, Umgang mit Autorität) noch stark begrenzt sind.

Das Spannungsfeld liegt in der Balance zwischen klaren Forderungen und der Vermeidung alter Muster. Ziel ist es, konsequent und geduldig zu handeln, ohne sich als Projektionsfläche für Misserfolge vereinnahmen zu lassen. Flexibilität ist zentral: Die Unterrichtsplanung wird laufend an die Tagesform der Kinder angepasst. Strukturen wurden bewusst auf ein niedrigeres Anforderungsniveau reduziert, was sich positiv auswirkt.

Feste Rituale und Zusatzangebote (Outdoortag, gemeinsames Kochen, klare Fächerstruktur mit Vormittagsschwerpunkt auf Mathematik/Deutsch) geben Halt. Übergeordnetes Ziel ist die Reintegration in die Regelschule. Die Erfahrung der ersten Wochen zeigt: Lernen ist möglich, wenn Motivation und Rahmenbedingungen stimmen. Das Team begegnet der Aufgabe mit Zuversicht und der Haltung «Challenge accepted».

Anmerkungen:
1 Kindergarten bis 2. Klasse

Ralf Seematter
Leitung
Startklasse Kolibri

10 JAHRE JUGEND-PLUS

ein hoffnungsvoller Rückblick

Im November 2015 startete ein sechsköpfiges Team im Gründerhaus **«Gott hilft»** in Felsberg das Projekt mit 13 **Unbegleiteten Minderjährigen Asylsuchenden (UMA)** aus Eritrea. Ziel dieser Arbeit war und ist bis heute, Jugendliche zu unterstützen im Leben in der Schweiz: Haushaltsführung, Umgang mit dem Geld, erklären der Briefpost, begleiten zum Arzt, Zahnarzt, Kontaktperson zum Beistand, Sozialarbeiterin, Hilfestellung bei Hausaufgaben, Lehrstellensuche und vieles mehr.

Heidi Hotz

Ich heisse Heidi Hotz, bin mit Ralph verheiratet und wir haben drei erwachsene Kinder. Als ich 2015 meine Arbeit in Felsberg begann, hatte niemand vom Team eine grosse Vorstellung davon, was auf uns zukommen würde. Die eritreischen Jungs waren verunsichert und wussten nicht, warum sie schon wieder von einem zum andern Ort gebracht wurden. Auf Deutsch konnten sie sich nicht verständigen und die meisten konnten auch kaum Englisch sprechen. 2017 und 2020 reiste ich mehrere Wochen nach Eritrea und wohnte bei einheimischen Familien, um die Kultur und das Leben «meiner» Jungs besser kennenzulernen.

2019 begleitete ich einen Bezugsjungen und seine Verlobte nach Äthiopien und durfte ihre Hochzeit miterleben. 2023 begleitete ich einen ehemaligen Bezugsjugendlichen nach Uganda, wo er seine Mutter nach zehn Jahren wiedersehen durfte. Ihr war es möglich, in Uganda in ein eritreisches Flüchtlingslager zu gehen und ich hatte die Gelegenheit viele junge Eritreer kennenzulernen welche irgendwo auf dieser Welt ein neues Zuhause suchen. Mit den Erkenntnissen meiner privaten Reisen und der 10-jährigen Erfahrung mit den jungen Klienten durfte ich sehr viel Neues lernen und verstehen – oder eben auch nicht verstehen. Eines ist jedoch sicher: Der Weg zur Integration ist viel schwieriger und komplizierter als wir uns das meistens vorstellen.

Hanibal Gurja

Hanibal Gurja aus Eritrea kam im Juni 2015 in die Schweiz. Er begann mit Deutschunterricht. Es folgten ein Integrationsjahr mit Berufswahl, eine EBA-Lehre als Unterhaltspraktiker und eine EFZ-Lehre als Fachmann Betriebsunterhalt. Er arbeitet heute auf seinem Beruf in der Alterssiedlung Kantengut in Chur.

DIE FRAGEN STELLTE HEIDI HOTZ
LEITUNG JUGEND-PLUS

Hanibal, ein paar Fragen zum Thema Gesundheit: Wie ist das so in Eritrea?

Wenn man in Eritrea krank ist, hat man zuhause ein heiliges Wasser von der Kirche oder vom Kloster. Dieses Wasser wird getrunken oder eingerieben. Es gibt auch heilige Erde, die kann man mit dem Wasser mischen und ebenfalls auf eine Wunde legen. Wenn dies nicht hilft, muss man ins Spital, aber die Behandlungsmöglichkeiten sind beschränkt und teuer. Bei Zahnproblemen zum Beispiel hast du keine andere Möglichkeit als den Zahn ziehen zu lassen.

Wie war dein psychischer Zustand als du vor 10 Jahren in die Schweiz gekommen bist?

Ich war total überfordert und wollte einfach schnell Geld verdienen, um meine grossen Schulden zu bezahlen, die ich bei Familienangehörigen, die in Amerika wohnen gemacht hatte. Ich hatte keine Ahnung von der Kultur, Sprache oder Regeln der Schweiz. Alles war purer Stress für mich. Dabei dachte ich doch: «Jetzt bin ich in der sicheren Schweiz, jetzt ist doch alles gut.»

Wie geht es dir heute?

Ich habe zwei Brüder, die auf der Flucht sind. Dies ist sehr belastend und kostet mich viel Geld. Meine Mutter in Eritrea macht mir viel Druck, dass ich endlich heiraten und eine Familie gründen soll. Das ist die wichtigste Aufgabe eines Mannes in meinem Heimatland. Dies ist ebenfalls sehr belastend. Aber ich bin sehr dankbar und glücklich, dass ich einen guten Beruf erlernen durfte und nun arbeiten kann.

Wie gehst du mit diesen Belastungen um?

Ich musste lernen «Nein» zu sagen und mich von manchen Problemen meiner Familie zu distanzieren. Mein Ausgleich ist der Sport. Ich gehe ins Fitness und spiele Fussball in einem Club.

Fiori

Fiori ist im Jahr 2015 aus Eritrea in die Schweiz gekommen und hat inzwischen die EFZ-Lehre als Fachfrau Gesundheit erfolgreich abgeschlossen. Im Jahr 2019 hat sie ihren Mann Samuel, einen ehemaligen Klienten von **Jugend-Plus**, in Äthiopien geheiratet und ist nun im Mai 2025 Mutter von Abigail geworden.

Fiori, wie war dein psychischer Zustand als du vor 10 Jahren in die Schweiz gekommen bist?

Als ich in die Schweiz kam, war ich zuerst sehr erleichtert, in der Hoffnung, dass jetzt alles gut wird. Jedoch war alles etwas anders als gedacht. Ich hatte Druck die Sprache zu lernen, um möglichst schnell die Schulden an meine Familie zurückzuzahlen. Zudem war die Flucht traumatisierend, womit ich zunehmend konfrontiert wurde. Ich musste diese Erlebnisse zuerst verarbeiten.

Wie geht es dir heute?

Ich bin sehr dankbar in der Schweiz leben zu dürfen. Dass ich hier eine Familie habe, eine Ausbildung und es uns gut geht, ist ein grosses Geschenk. Zwei meiner Brüder sind kürzlich in die Schweiz geflüchtet. Es wird nun von mir erwartet, dass ich die Verantwortung für sie übernehme. Damit umzugehen ist nicht so einfach und setzt mich unter Druck. Vor zwei Jahren hatte ich eine Totgeburt. Das war schwer. In Eritrea wird in so einem Fall der Mutter die Schuld gegeben. Hier in der Schweiz hat mir aber niemand dieses Gefühl gegeben. Das war für mich sehr entlastend.

Wie gehst du mit diesen Belastungen um?

Ich gehe gerne im Wald spazieren. Dabei kann ich meinen Kopf abschalten und auf andere Gedanken kommen. Auch der Austausch mit Freundinnen und das Beten hilft mir. Wenn Gott mir hilft, gehe ich in die Kirche, um mich zu bedanken und will etwas für Ihn machen. Bei Stress sage ich mir, dass alles seine Zeit hat. Für meine Familie in Eritrea bin ich nicht verantwortlich, obwohl ich gerne helfe, wo ich kann.

Alexander

Alexander ist im Jahr 2015 aus Eritrea in die Schweiz gekommen. Die EBA-Lehre zum Metzger hat er erfolgreich abgeschlossen. Im Jahr 2018 musste ihm notfallmässig eine Niere entfernt werden. Sein Zustand verschlechterte sich jedoch weiterhin so, dass er ab Frühling 2023 drei Mal wöchentlich an die Dialyse musste. Alex hat im Jahr 2023 geheiratet und ist nun Vater von zwei Kindern. Im Frühling 2025 erhielt Alex eine Spenderniere. Sein Gesundheitszustand hat sich nun stabilisiert.

Alex, wie war dein psychischer Zustand als du vor 10 Jahren in die Schweiz gekommen bist?

Als ich in die Schweiz kam, wurde ich ins Durchgangszentrum Davos gebracht. Da ich den Asyl-Status F erhielt, durfte ich nicht in eine Wohnung ziehen, keinen Reisepass beantragen und konnte auch nach der Ausbildung keinen Kantonswechsel beantragen. Das war für mich sehr belastend. Mir wurde gesagt, wenn ich eine Lehre abgeschlossen hätte und arbeiten würde, könne ich einen besseren Bewilligungsstatus beantragen. Leider habe ich bis heute keinen anderen Status erhalten. Als ich krank wurde, ging es mir auch psychisch zunehmend schlechter. Ich hatte Angst zu sterben und wollte deshalb meine Mama noch einmal sehen, was jedoch aufgrund meiner Bewilligung nicht möglich war. Das war eine sehr schwierige Zeit. Nur dank Freunden und der Ermutigung meiner Familie hatte ich die Kraft nicht aufzugeben. Der Glaube an Gott, der mich in all den schweren Jahren nie verlassen hat, hat mich stets getragen.

Wie geht es dir heute?

Dank meiner neuen Niere habe ich auch neue Hoffnung. Gesundheitlich bin ich stabil. So konnte ich neuen Mut fassen. Ich bin sehr dankbar, dass ich in der Schweiz leben darf, denn wenn ich in Eritrea krank geworden wäre, würde ich heute nicht mehr leben. Meine zwei Kinder erinnern mich daran, dass ich das Leben nicht für mich lebe, sondern für sie. Dies motiviert mich weiterzumachen.

Wie gehst du mit Belastungen um?

Mein Ausgleich ist Musik hören, spazieren, mit den Kindern spielen, Fussball schauen oder Netflix-Serien sind auch cool.

Heidi Hotz
Leitung
Jugend-plus

STIFTUNG
BÜNDNER
STANDARD

ZUR PRÄVENTION UND BEARBEITUNG VON
GRENZVERLETZENDEM VERHALTEN –
ZUM SCHUTZ DER INTEGRITÄT VON MENSCHEN

Schutz der Integrität – so machen wir das

Seit 2013 arbeiten wir in den pädagogischen Betrieben der Stiftung Gott hilft mit dem Bündner Standard als Instrument, um Grenzverletzungen zu erfassen, einzustufen und professionell zu bearbeiten. Dabei ist uns Transparenz für alle Beteiligten besonders wichtig.

Der Bündner Standard hat sich weiterentwickelt und legt inzwischen grossen Wert auf die Prävention, die Haltungen und die Werte. All das haben wir in den letzten zwei Jahren auf unsere Stiftung angepasst und weiterentwickelt: Entstanden ist ein Schutz- und Präventionskonzept, das in allen pädagogischen Angeboten umsetzbar ist. Hier ein kurzer Projektbericht.

PROJEKT MIT KERNGRUPPE BÜNDNER STANDARD

Der pädagogische Fachtag im März 2024 markierte den Start des Projekts Bündner Standard Update. Seither arbeitet ein Kernteam aus Institutionsvertretungen und Betriebsleitungen an der Anpassung der zehn Kernelemente auf unsere Betriebe. Parallel dazu wurde im Jahr 2024 der Verhaltenskodex in der gesamten Stiftung eingeführt.

WICHTIGSTE NEUERUNGEN

› Wir stellen heute den **Schutz der Integrität** noch stärker in den Vordergrund und gliedern unsere Arbeit in **primäre Prävention** (Was tun wir, damit es nicht passiert?), **Intervention** (Was tun wir, wenn etwas passiert ist?) und **Nachsorge** (Wie bearbeiten wir es, wenn etwas passiert ist?)

«Was tun wir, damit es nicht passiert?»

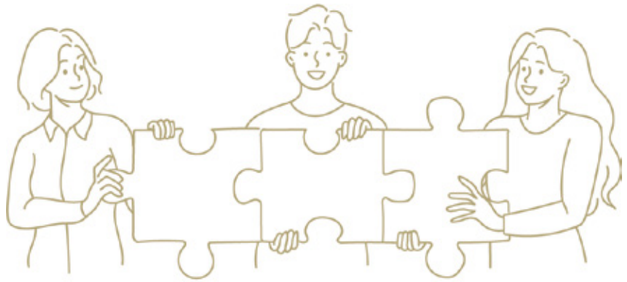
Primäre Prävention
Vorgehen zum Schutz der Integrität bzw. Vorbeugen von Grenzverletzungen.

«Was tun wir, wenn etwas passiert?»

Sekundäre Prävention
Vorgehen nach Grenzverletzungen.

«Wie bearbeiten wir es, wenn etwas passiert ist?»

Tertiäre Prävention
Vorgehen nach Grenzverletzungen.



› Seit 1. August 2025 ist die **interne Präventions- und Meldestelle (PräMel)** offiziell in Betrieb. Kinder und Klient:innen können dort direkt Meldungen machen.
› Informationen dazu sind auf unserer Homepage abrufbar. (link)
› Für Mitarbeitende wurde eine **interne Informations- und Wissensplattform** aufgebaut.
› Zudem gibt es nun eine **digitale Erfassung von Grenzverletzungen** in Zusammenarbeit mit einer externen Firma.

WO FINDE ICH INFORMATIONEN?

Auf unserer Homepage unter Integrität – so machen wir das gibt es vertiefte Informationen zum Bündner Standard und zu unserer Umsetzung.

WAS KOMMT NOCH?

› **Bebilderungsprojekt:** Wir entwickeln Materialien, um Kindern und Eltern einfach erklären zu können, was Grenzverletzungen sind und wie sie ihre Integrität schützen können.
› **Kindgerechte Nachsorge:** Hier wollen wir unsere Angebote weiter verbessern.
› **PräMel-Rechenschaftsbericht:** Anfang 2025 wird der erste Bericht von dieser Stelle erstellt. Ausserdem folgt die Fertigstellung des Gesamtkonzepts für die Aufsichtsbehörden.
› **Schulungskonzept:** Ein Konzept für die Einarbeitung unserer Mitarbeitenden ist in Arbeit.

WAS BRINGT DER GANZE AUFWAND?

Diese Frage wird uns immer wieder gestellt, und auch wir stellen sie uns immer wieder. Besonders in Momenten, in denen Grenzverletzungen passieren, obwohl wir seit Jahren viel investieren, um genau das zu verhindern.

Dabei sind uns zwei Aspekte besonders wichtig: Im Umgang mit Grenzverletzungen hat in den letzten Jahren der Fokus auf den Schutz der Integrität zunehmend an Bedeutung gewonnen, ergänzend zu der Bearbeitung von Grenzverletzungen. Wir möchten allen Personen in unseren Angeboten bestmöglichen Schutz bieten, auch wenn die Umstände oft herausfordernd sind.

Das Risiko kann reduziert, aber nie vollständig ausgeschlossen werden. Ein treffender Vergleich ist die Sicherheit im Abfahrtslauf des Skiweltcups: Seit Jahren wird mit grossem Aufwand und zahlreichen Massnahmen daran gearbeitet, die Sicherheit zu erhöhen. Heute sind die Athletinnen und Athleten besser geschützt als je zuvor, und doch bleibt ein Restrisiko für Unfälle bestehen.

Mit dieser Perspektive und Haltung engagieren wir uns in der Stiftung Gott hilft für den Schutz der Integrität aller Beteiligten.

Rahel Striegel
Fachmitarbeiterin pädagogische Angebote
Aufbau Präventions- und Meldestelle

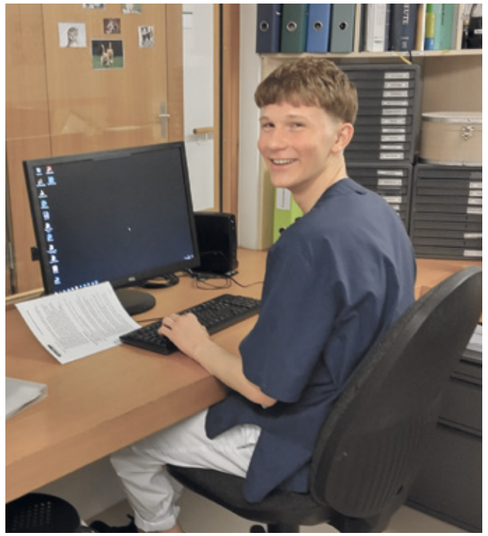
Martin Bässler
Leitung pädagogische Angebote

Lehrabschlüsse Sommer 2025

Beatriz Gomes Rodrigues
Kauffrau EFZ Profil E

Lukas Büchel
Fachangestellter Gesundheit FaGe EFZ

Joya Ballat
Fachangestellte Gesundheit FaGe EFZ



Lukas Schindler
Assistent Gesundheit und Soziales AGS EBA

AGENDA

Mittwoch, 4. Februar 2026
Campus-Gottesdienst
Campus Zizers

Freitag, 6. Februar 2026
Informations-Veranstaltung
(online)
HFS Zizers

Mittwoch, 11. Februar 2026
Einführung für neue
Mitarbeitende
Aula Schulheim Zizers

Samstag, 14. März 2026
Pädagogischer Fachtag
EMS Schiers

Mittwoch, 18. März 20265
Weiterbildung Einführung in den
Bündner Standard
HFS Zizers

Mittwoch, 1. April 2026
Campus-Gottesdienst
Campus Zizers

Mi/Do, 8./9. April 2026
Aufnahmeprüfung HFS
HFS Zizers

Samstag, 30. Mai 2026
Informations-Veranstaltung
HFS Zizers

Donnerstag, 4. Juni 2026
Gebetstag der Stiftung Gott hilft

Mittwoch, 24. Juni 2026
Diplomfeier der HFS Zizers
focusC, Chur

JUBILARE 2025

10 Jahre

Käthi und Urs Bieri
SoFam Pflegefamilie
Mario Bosnjak
Hotel Paladina
Marta und Alfred Cathomas
SoFam Pflegefamilie
Rahel Girsperger
Schulheim Scharans
Heidi Hotz
Jugend Plus / JS Alltag
Brigitta und Reto Huder
SoFam Pflegefamilie
Katja und David Keller
SoFam Pflegefamilie
Claudio Maurizi
Schulheim Zizers
Cornelia und Johann Roffler
SoFam Pflegefamilie
Raphael Sulser
Schulheim Zizers
Ruth und Tobias Weitbrecht
SoFam Pflegefamilie
Michael Wyss
Geschäftsleitung
Josette Zgraggen
Alterszentrum Serata

20 Jahre

Mary Dolorose Antony
Alterszentrum Serata
Chiara Cataldo
Hotel Paladina
Armanda Disch
Alterszentrum Serata
Marco Nolli
Hotel Paladina
Roland Tiri
BiT / JS Alltag

25 Jahre

Dorothee und Stefan Mahr
HFS Zizers
Corinna Vetsch
Schulheim Scharans

Herzliche Gratulation zum Jubiläum und ein GROSSES Dankeschön für euer wertvolles Engagement und Treue!

IMPRESSUM

Herausgeber:
Stiftung Gott hilft

Redaktion:
Daniel Wartenweiler, Bettina Bieler
und Debora Mosimann
mit Unterstützung der Autoren

Textbearbeitung und Korrektorat:
Debora Mosimann und
Richard Wartenweiler

Konzept und Gestaltung:
Sechstagewerk

Druck:
Druckerei Landquart
Auflage: 5'650
Erscheinungsweise: 2 x Jährlich

Bezug:
Stiftung Gott hilft
Kantonsstrasse 6
7205 Zizers

info@stiftung-gotthilft.ch
www.stiftung-gotthilft.ch

Spendenkonto:
IBAN: CH11 0900 0000 70 000646 2

Projekt wellcome
So kann ich unterstützen!

Verschenken Sie als freiwillige Mitarbeiter:in ihre wertvolle Zeit an Familien in der ersten Zeit nach der Geburt oder ermöglichen Sie mit Ihrer Geldspende ein starkes Netzwerk für frischgebackene Eltern.

Weitere Infos auf unserer Webseite:

Stiftung Gott hilft
sozial.engagiert.

HFS Zizers

Höhere Fachschule für Sozialpädagogik

Weiterbildungen 2026
HFS Zizers

- Ressourcenorientierte Elternarbeit – Systemische Interaktionstherapie
- Einführung in die Traumapädagogik
- Traumapädagogik für Pflegefamilien
- NDK Traumapädagogik
- Positive Autorität, Sozialtraining, Mobbingintervention
- Einführung in den Bündner Standard
- Grundlagen spiritualitätssensible Sozialpädagogik

Weitere Infos auf unserer Webseite:

MITANAND

Stimmen und Geschichten aus der Stiftung Gott hilft.
Jeden Monat erscheint eine neue Folge unseres Podcast MITANAND. Zu hören auf allen gängigen Streamingplattformen.

99 % es individuells Gschenk

BOX IM SCHOPF
der **Laden**
für **Kreatives**
und **Feines**

mit **Kinderkleiderbörse**

Öffnungszeiten:
Montag – Freitag, 16.00 – 19.00 Uhr
Samstag, 09.00 – 12.00 Uhr
Kantonsstrasse 6 | 7205 Zizers