

Sie tanzt mit Pferden

Seit Oktober arbeitet Sandra Wiederkehr in der Administration von *Tischlein deck dich*. Nebst ihrer 60 Prozent Anstellung erteilt sie Reitunterricht für Kinder und Erwachsene. Ein lehrreicher Einblick ins Reich der Pferde und ihrer Besitzer.

Montags und mittwochs findet man Sandra Wiederkehr nicht an ihrem Arbeitsplatz bei *Tischlein deck dich*. Stattdessen steht sie am Reitplatz. «Kindgerecht und ganzheitlich» nennt sie ihren Reitunterricht. «Ich trimme die Kinder nicht auf Leistungssport» erklärt sie. Kinder sollen Zeit haben, sich ums Tier zu kümmern. Das reicht vom Putzen, übers Satteln bis hin zur Pflege und der Belohnung des Pferdes am Ende des Unterrichts.

Nicht nur Kinder, auch Erwachsene kommen gerne zu Sandra. Sie coacht, wenn die Besitzer Probleme mit ihren Vierbeinern haben. Aufgrund ihrer ruhigen und aufmerksamen Art vertrauen

Erwachsene ihr auch Persönliches an. «Ab und zu muss ich mich abgrenzen», meint sie. Psychotherapeutin sei sie schliesslich nicht. Viele kommen gestresst im Unterricht an. Verkrampte Haltungen sehe sie zuhauf. Die Anspannung des Reiters überträgt sich aufs Pferd. So seien als erstes Entspannungsübungen angesagt, um den Reiter ins Hier und Jetzt und zu seinem Pferd zu holen.

Auf dem Rücken der Pferde liegt das Glück der Erde

Auch die Zeit mit ihrem eigenen Pferd ist Sandra wichtig. Das Höchste sei, wenn sie mit ihrem Pferd eins werde. «Das ist der Augenblick, wo ich mit meinem Pferd tanze», erzählt Sandra und strahlt. Es sei vergleichbar mit einem tanzenden Paar, das seinen eigenen Rhythmus gefunden habe. Das ist Glück. Glück hat aber auch *Tischlein deck dich*. Als motivierte Teilzeitarbeitnehmerin bringt Sandra frischen Wind ins Team.



Neueröffnungen

Neue Abgabestellen

- **Langnau im Emmental (BE)**; Eröffnung am 9. Oktober 2009. Abgabestellenleitung: Linda Haag und Stellvertretung: Susanne Buri.
- **Liestal (BL)**; Eröffnung am 17. November 2009. Abgabestellenleitung: Barbara Scheibler und Christin Thomann.

Gefeiert!

Jubiläen – wir gratulieren.

- Die **Abgabestelle Burgdorf** feierte am 16. Oktober ihr einjähriges Bestehen.
- Die **Abgabestelle Ostermundigen** begeht am 21. Dezember die 300ste Verteilung.

Welche Abgabestelle feiert noch ein spezielles Jubiläum? Meldungen bitte an: caroline.schneider@tischlein.ch

Abgabe über

Weihnachten/Neujahr

Während der Zeit vom 24. Dezember 2009 bis 3. Januar 2010 finden keine Lebensmittelverteilungen statt. Ab dem 4. Januar 2010 werden die Abgabestellen wieder bedient.



Reichhaltiges Angebot an der neuen Abgabestelle in Langnau.

Feedback erwünscht

Gerne nehmen wir Anregungen, Wünsche und Rückmeldungen zur Tischlektüre entgegen.

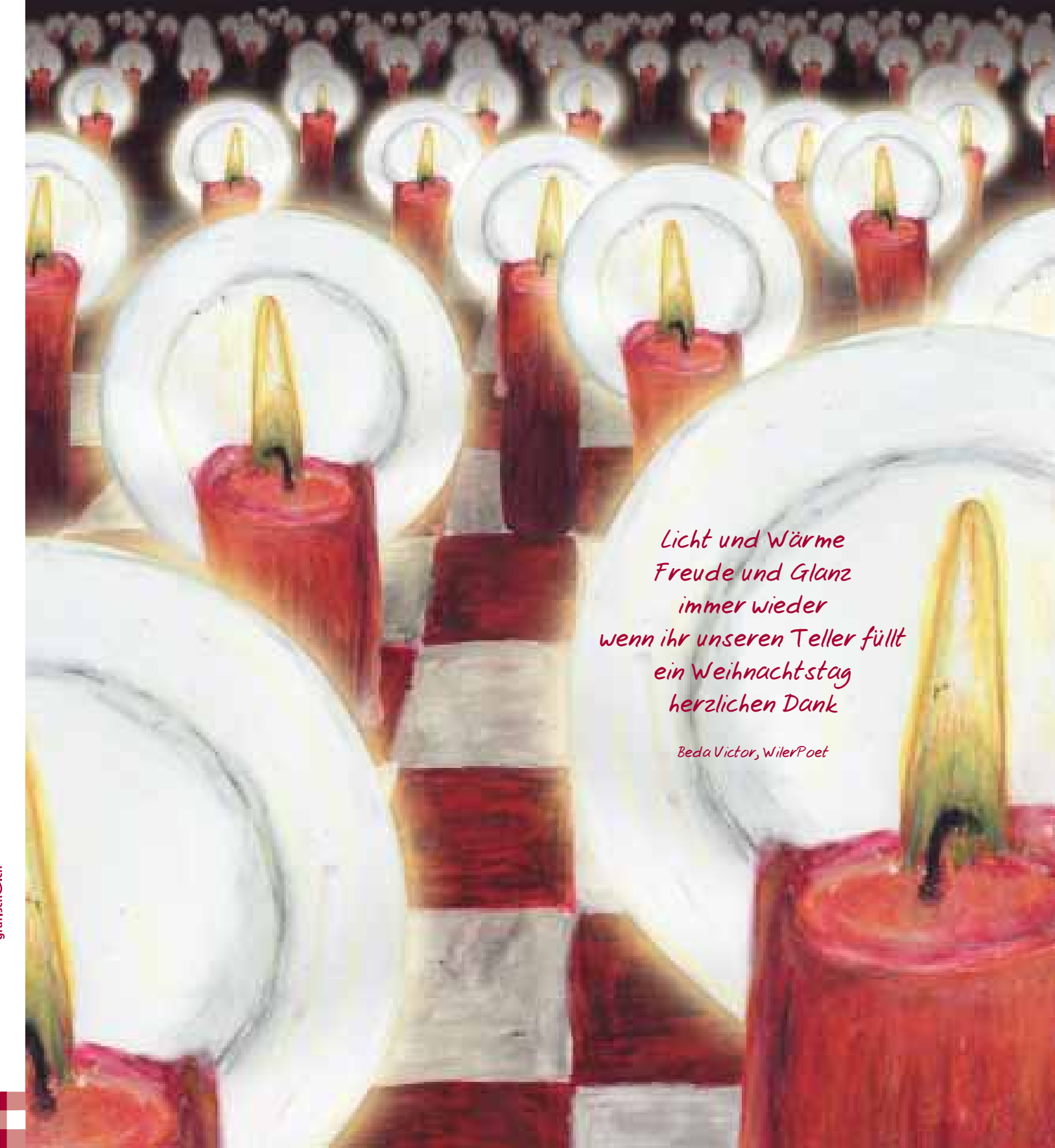
Email an: caroline.schneider@tischlein.ch

Tischlein deck dich
 Rudolf Diesel-Strasse 25
 8405 Winterthur
www.tischlein.ch
info@tischlein.ch
 Telefon 052 557 95 05

Spendenkonto: PC 87-755687-0

Tischlein deck dich wird unterstützt von Howeg, Coop und der Ernst Göhner Stiftung.

Tischlektüre



*Licht und Wärme
 Freude und Glanz
 immer wieder
 wenn ihr unseren Teller füllt
 ein Weihnachtstag
 herzlichen Dank*

Beda Victor, WilerPoet

«Ich dachte, drei Bundesordner würden reichen»

Das Jubiläumsjahr «10 Jahre *Tischlein deck dich*» neigt sich dem Ende entgegen. Caroline Schneider hat sich mit dem Geschäftsführer, Samuel Sägesser, über die Anfänge, über Entwicklungen und seine Zukunftsvision unterhalten.

Seit 10 Jahren leistet *Tischlein deck dich* Lebensmittelhilfe für Menschen in finanziellen Engpässen. Was hat sich seit den Anfängen verändert?

Wir sind innerhalb weniger Jahre stark gewachsen. Als ich im Jahr 2002 als Geschäftsführer anfang, gab es zwei Abgabestellen. Sieben Jahre danach hat sich die Zahl der Abgabestellen um den Faktor 22 erhöht. Zu Beginn kannte ich alle Freiwilligen mit Vornamen. Heute - bei 1'000 freiwillig Mitarbeitenden ist dies für mein Gedächtnis schon eine sportliche Herausforderung ... Anfangs dachte ich, dass drei Bundesordner für die Administration ausreichen würden. Das war wohl etwas optimistisch *lacht*.

Was waren die grössten Herausforderungen zu Beginn?

Es war Knochenarbeit, Produktspender für unsere Idee zu gewinnen. Für die Schweiz war die Lebensmittelhilfe damals noch ein jungfräuliches Thema. Es brauchte Zeit und viel Überzeugungsarbeit, bis das Vertrauen in unsere Organisation wuchs. Heute erhalten wir von über 400 Firmen aus der Lebensmittelbranche Produktspenden. Wir haben bewiesen, dass wir professionell arbeiten. Dazu gehört auch eine gewissenhafte Qualitätssicherung. Wir streben noch in diesem Jahr die ISO-9001 Zertifizierung an.

Auch die sozialen Fach- und Beratungsstellen, welche unsere Bezugskarten kontrolliert an ihre Klientinnen und Klienten abgeben, mussten wir erst von unserem Konzept überzeugen. Heute gehören über 800 soziale Institutionen zu unserem Netzwerk.

Was war deine Vision, als du die Stelle als Geschäftsführer übernommen hast?

Ich bin nun schon seit über 40 Jahren in der Lebensmittelindustrie tätig und weiss, wie viele einwandfreie Lebensmittel jährlich weltweit vernichtet werden. Zumindest in der Schweiz wollte ich etwas gegen dieses sinnlose Tun unternehmen - indem ich möglichst viele Lebensmittel ökologisch und ökonomisch sinnvoll an möglichst viele Menschen in finanzieller Not verteile.

In den letzten Jahren hat *Tischlein deck dich* ein starkes Wachstum hingelegt. Im Gleichtakt hat sich auch der finanzielle Aufwand erhöht. Wie finanziert sich *Tischlein deck dich*?

Die Idee *Tischlein deck dich* entstand aus der damaligen Bon appétit Group. Während der ersten beiden Jahre finanzierte

uns die Bon appétit Group. Seit 2005 ist *Tischlein deck dich* unabhängig. Dies gelingt uns dank unterschiedlicher Finanzquellen: Stiftungsfundraising, Sponsoring, Spenden von Privatpersonen, Kirchen und Firmen sowie Einnahmen aus der Lebensmittelverteilung. Unsere Kunden bezahlen pro Bezug einen symbolischen Franken.



Wie stellst du die langfristige Finanzierung sicher?

Wir müssen neue Quellen der Finanzierung erschliessen. Sonst können wir unseren steigenden finanziellen Aufwand nicht decken. Eine weitere wichtige Säule bilden die Legate. Die Zuwendungen an gemeinnützige Organisationen durch Testamente haben an Bedeutung gewonnen. Erst kürzlich hat eine Dame aus dem Baselbiet *Tischlein deck dich* in ihrem Testament berücksichtigt. Das hat uns sehr berührt.

Wo steht *Tischlein deck dich* in fünf Jahren? Und welche Bedeutung hat diese Organisation für die Gesellschaft?

In fünf Jahren möchten wir bei der 100sten Abgabestelle angelangt sein! Solange Lebensmittel produziert werden, solange wird es Überschüsse geben. Und leider wird uns wohl auch in fünf Jahren die wachsende Armut in der Schweiz beschäftigen. *Tischlein deck dich* ist also aus der Gesellschaft nicht mehr wegzudenken.

Stichwort Armut: In der Schweiz leben gegen eine Million Menschen am oder unter dem Existenzminimum. *Tischlein deck dich* versorgt 9'300 Personen wöchentlich. Ist das nicht ein Tropfen auf den heissen Stein?

Wir dürfen uns nicht der Illusion hingeben, allen Leuten zu helfen. Als nicht-staatliche Organisation möchten wir möglichst vielen helfen, die es wirklich nötig haben. Durch den Einsatz von so vielen Freiwilligen und die zunehmende Anzahl an Naturalspenden halten wir die Kosten tief und können die verfügbaren Mittel in neue Abgabestellen und die notwendige Logistik investieren.

Im Kampf gegen den Hunger: Eine weltweite Charity-Aktion von Kraft Foods

Kraft Foods, ein weltweit tätiger Lebensmittelhersteller, hat *Tischlein deck dich* mit einer Charity Woche beglückt. Mitarbeiter der Firma verteilten an den vier Zürcher Abgabestellen Nahrungsmittelpakete mit leckeren Produkten aus dem eigenen Haus. Das Herz unserer Kunden schlug für einmal noch höher.

Montagmorgen, 5. Oktober. Die Abgabestelle in Oerlikon erhält hohen Besuch. Michael Clarke, Präsident von Kraft Foods Europa, ist persönlich vor Ort und packt mit an. Zusammen mit einem Managerteam verteilt er unseren Kunden Tragtaschen, die



v.l.n.r.: Michael Clarke, Präsident Kraft Foods Europa, Samuel Sägesser, Geschäftsführer *Tischlein deck dich*, Sandra Stenico, Personalverantwortliche Kraft Foods Europa, René Keiser, Senior Counsel, Kraft Foods Europa.

Haben Sie Fragen zur Nachlassregelung?

Bestellen Sie bei uns das Merkblatt «Nachlassregelung». Gerne geben wir Ihnen Adressen von Anwälten/Notaren bekannt, die *Tischlein deck dich* kennen. Rufen Sie uns an. Tel.: **052 557 95 05**

gefüllt sind mit Köstlichkeiten aus dem Hause Kraft Foods: Mikado Biscuits, Suchard Pralinen, Jakobs Kaffee, Pasta etc. «Ich bin beeindruckt, wie professionell *Tischlein deck dich* organisiert ist», sagt Clarke nach der Verteilung. Auch die anderen Abgabestellen in Zürich - das Café Yucca im Niederdorf, der Bullingertreff im Kreis drei und die Heilsarmee Open Heart an der Luisenstrasse - profitierten von dieser Charity-Aktion. 70 Kraft Foods Mitarbeitende meldeten sich freiwillig und sorgten für einen reibungslosen Ablauf während dieser Woche. Kraft Foods zieht eine positive Bilanz nach der Charity-Woche. «Wir freuen uns auf eine Fortsetzung der Partnerschaft», sagt Clarke.

Charity-Aktionen rund um den Globus

Die Oktoberwoche stand bei Kraft Foods unter dem Charity-Stern. Der Nahrungsmittelkonzern führte in der ganzen Welt Hilfsaktionen durch. In 33 Ländern verteilten 12'000 Mitarbeitende Nahrungsmittelpakete an arme Menschen und engagierten sich für soziale Projekte.

Wer ist Kraft Foods?

Kraft Foods ist der zweitgrösste Nahrungsmittelhersteller der Welt. Bekannte Marken sind die Käseprodukte Kraft und Philadelphia, Jacobs-Kaffee und Schokoladenprodukte wie Milka, Toblerone und Suchard. Kraft Foods beschäftigt weltweit 100'000 Angestellte und beliefert Kunden in 150 Ländern. Seit zwei Jahren liegt der europäische und schweizerische Hauptsitz des Konzerns in Glattbrugg bei Zürich.

Kochen gegen Einsamkeit

Die Kirchgemeinde Chrischona in Affoltern a. Albis hat einen Kochkurs für sozial benachteiligte Menschen lanciert. Das neue Angebot richtet sich vor allem an Migrantinnen und Migranten. Gekocht wird mit Lebensmitteln von *Tischlein deck dich*.

In der Küche der Kirchgemeinde Chrischona riecht es nach frisch gehacktem Gemüse und Zwiebeln. Franziska Krüsi, Köchin des Sozialteams Chrischona, steckt mitten in den Vorbereitungen für den bevorstehenden Kochkurs. Auf dem Plan stehen Kürbissuppe, Chinakohl-Salat, Gemüsetortilla, Bratkartoffeln mit Speck und Bananen-Himbeer-Crème. Unterstützt wird Franziska Krüsi von einem starken Frauenteam der Kirchgemeinde Chrischona: Grace Pfeifer, Rahel Füsser und Regina Curti. Letztere kümmert sich um die Kinder der Frauen, die zum Kochkurs kommen. «Die Bananen, der Chinakohl und die Kartoffeln haben wir gestern von *Tischlein deck dich* erhalten», erklärt mir Krüsi, die lebhaft Köchin. Daraus konzipiere sie das Menü für den Kochkurs, was ziemlich viel Flexibilität und Kreativität von ihr verlange. Einige Zutaten werden hinzugekauft. Schon bald trudelt die erste Teilnehmerin ein. Es ist Anne-Marie, Kameruanerin und Mutter eines 5-jährigen Sohnes.



Die zündende Idee

Eveline Hedinger, Sozialmanagerin und Initiantin des Pilotprojekts, erzählt von einem dominierenden Problem in der Gemeinde: es heisst Einsamkeit. Besonders Migranten haben es schwer, sich zu integrieren. «Sie finden keine Kontakte», erklärt Hedinger. Die Idee zum Kochkurs stammt denn auch von einer Asylsuchenden und ehemaligen Kundin von *Tischlein deck dich*. Mit dem Kochkurs werden gleich mehrere Ziele anvisiert: Die Teilnehmenden lernen, mit den Lebensmitteln, die sie bei *Tischlein deck dich* beziehen, ein Menü zu kochen. Zweitens kommen sie mit anderen Menschen in Kontakt. Und drittens praktizieren sie auch gleich die hiesige Sprache. Angesprochen sind aber nicht nur Migranten, sondern auch

Schweizer und Schweizerinnen, die in finanziell prekären Verhältnissen leben. «Diese getrauen sich aber nicht, das Angebot in Anspruch zu nehmen», sagt Hedinger weiter. Die meisten begründen es damit, dass sie wissen, wie man koche. Dies ist aber oft ein Vorwand, hinter dem ein anderes Problem steckt: Und das heisst Scham.



Starkes Frauenteam: v.l.n.r.: Rahel Füsser, Grace Pfeifer, Franziska Krüsi, Regina Curti, Eveline Hedinger.

Gemeinsam einsam – das verbindet

Zurück in der Küche. Das Menü gedeiht. Es dampft. Es duftet angenehm. Anne-Marie wendet die Gemüsetortilla. Sie kommt regelmässig zum Kochkurs, der einmal wöchentlich stattfindet. Dadurch ist sie tagsüber nicht so alleine. «Ich bin gerne mit Menschen zusammen», sagt Anne-Marie. Beim gemeinsamen Mittagessen wird aus dem Alltag erzählt. Die Kinder sorgen für Unterhaltung. Es wird gelacht. Es herrscht eine wohlige und gesellige Atmosphäre.

Nachahmung erwünscht

Noch sind es nur wenige Frauen, die am Kochkurs teilnehmen. Doch für Eveline Hedinger steht fest: Der Kurs wird im nächsten Jahr weitergeführt. «Es braucht Zeit, bis sich das Angebot herumspricht.» Bleibt zu hoffen, dass das Projekt auch in anderen Gemeinden Nachahmung findet.

Weitere Informationen zum Projekt «Kochkurs» erteilt Eveline Hedinger, Sozialmanagerin, Kirchgemeinde Chrischona Tel: **079 378 38 75** Email: eveline.hedinger@gmx.ch Flyer können bei Eveline Hedinger bestellt werden.