

Tischlektüre



«Ich werde von Anna als Mensch
gesehen, obwohl ich am Rande
der Gesellschaft stehe.»

Seite 3

Beim Tischlein fallen
die Haare

Seite 6

Balancieren zwischen
Musterapfel und
Gerechtigkeit

Seite 7

«Nicht einmal ein
Millionär kann sich
Gesundheit kaufen!»



**Beim Tischlein fallen
die Haare** 3

**Gaumenfreude und sozialer
Austausch in einem** 4

**In Einklang mit Mensch
und Natur** 5

**Balancieren zwischen
Musterapfel und
Gerechtigkeit** 6

**«Nicht einmal ein
Millionär kann sich
Gesundheit kaufen!»** 7

**Neues aus der
Tischlein deck dich-Welt** 8

Feedback erwünscht

Gerne nehmen wir Anregungen,
Wünsche und Rückmeldungen zur
Tischlektüre entgegen. E-Mail an:

caroline.schneider@tischlein.ch

Tischlein deck dich wird unterstützt von:



ERNST GÖHNER STIFTUNG

und der Kooperationspartnerin:



Liebe Leserin, lieber Leser

Wir haben eine Kundin an die Lebensmittelverteilung in Spiez begleitet. Ihr Schicksal steht für dasjenige von Tausenden von Menschen in der Schweiz. Ein Schicksal, das jede und jeden von uns treffen könnte. Denn der Grat zwischen Arm und Reich und zwischen gesund und krank ist manchmal sehr schmal. Häufig kommt es zu einer Kumulierung von Ereignissen, die jemanden

straucheln lassen: ein Jobverlust, eine Beziehung, die in die Brüche geht, gefolgt von gesundheitlichen Problemen. *Tischlein deck dich* ist genau in solchen Momenten da. Mit der Abgabe von Lebensmitteln helfen wir, das knappe Haushaltsbudget zu entlasten. Und mehr noch: Für viele unserer Kunden ist *Tischlein deck dich* zu einem wichtigen sozialen Treffpunkt geworden. An den Abgabestellen trifft man auf Menschen, die in ähnlichen Lebenssituationen stecken und man merkt auf einmal, dass man mit seinen Problemen nicht alleine ist. Neue Freundschaften entstehen, man hilft sich und zwischendurch vergisst man das Belastende und erlebt kleine Momente des Glücks.

In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen zwei Angebote vor, die sich rund um eine *Tischlein deck dich*-Abgabestelle entwickelt haben: Zum einen ein mobiler Coiffeursalon in der Kirche. Ja, Sie haben richtig gelesen. Die Offene Kirche Elisabethen in Basel bietet *Tischlein deck dich*-Kunden die Möglichkeit, sich die Haare gegen einen symbolischen Betrag schneiden zu lassen. Zum anderen der Mittagstisch der reformierten Kirche Illnau-Effretikon, der allen offen steht. Personen, die im Besitz einer *Tischlein deck dich*-Karte sind, können für zwei Franken ein Mittagsmenü geniessen. Zwei tolle Angebote. Zur Nachahmung empfohlen.

Dank der Schweizer Tafel, die uns mit Frischprodukten beliefert, konnte *Tischlein deck dich* in diesem Jahr viel mehr Gemüse, Früchte und Salat verteilen als bisher. Doch bevor diese Produkte in einwandfreier Qualität an unseren Abgabestellen ankommen, müssen sie aussortiert und nachgerüstet werden. Dabei gilt das Gebot: schnell, sorgfältig und flexibel. Wie das im Lager der Plattform Ost zu und her geht, erzählen wir Ihnen im Beitrag auf Seite 6.

Weiter haben wir Weleda in Arlesheim besucht. Das Unternehmen aus der Nordwestschweiz ist ein langjähriger und wertvoller Produktsponsor aus dem Non-Food-Bereich. Unsere Kundinnen und Kunden freuen sich über die hochwertigen Pflegeprodukte, die sie sich selbst nie leisten könnten. An dieser Stelle danken wir Weleda ganz herzlich für das soziale Engagement.

Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, danke ich für die wertvolle Unterstützung und wünsche Ihnen jetzt schon erfüllte Feiertage und im neuen Jahr viele Glücksmomente und bereichernde Begegnungen.

Mit herzlichen Grüßen

Alex Stähli
Geschäftsführer

Beim Tischlein fallen die Haare

Seit Anfang Jahr schneidet Anna Tschannen bedürftigen Menschen in der Offenen Kirche Elisabethen in Basel die Haare. Gegen einen symbolischen Betrag und an einem symbolischen Ort. «Du bist schön» heisst das Angebot, das auch *Tischlein deck dich*-Kunden jeden Dienstagvormittag zur Verfügung steht.

Vorne beim Altar richtet Anna Tschannen einen rudimentären Coiffeursalon ein. Auf dem Tisch flackert eine weisse Kerze. Im Hintergrund durchdringen die Sonnenstrahlen die grossen Kirchenfenster. Die Jesus-Figur am Kreuz leuchtet in allen Farben. In der ersten Reihe warten Kunden geduldig auf ihren Haarschnitt. Anna bittet Silvia Salvisberg*, hinter dem Altar Platz zu nehmen. Die Stimmung ist andächtig. «Hier», sagt Silvia und deutet mit einer kreisenden Handbewegung in den offenen Kirchenraum, «ist man irgendwie offener und erzählt gerne, was einen gerade umtreibt.» Anna hört aufmerksam zu. Und man spürt sofort: Anna mag Menschen. Und was diese erzählen. «Durch die Geschichten, die an mich herangetragen werden, lerne ich die verschiedenen Seiten des Lebens kennen und das eröffnet mir neue Horizonte», sagt die einfühlsame und gleichzeitig bodenständige 38-Jährige. Anna strahlt etwas aus, das es den Menschen, die zu ihr kommen, einfach macht, ihr zu vertrauen. Sie begegnet ihnen offen und auf Augenhöhe. Sie hört zu. Unvoreingenommen und ohne zu werten. «Ich werde von Anna als Mensch gesehen, obwohl ich am Rande der Gesellschaft stehe», sagt Silvia. Anna schenkt aber nicht nur. Sie kriegt auch etwas zurück. «Die Geschichten meiner Klienten zeigen mir, wie ein Mensch mit schweren Schicksalsschlägen leben und umgehen kann. Und was für unglaubliche Ressourcen und Kräfte ein Mensch trotz widrigster Lebensumstände letztlich hat.» Aus solchen Gesprächen schöpfe sie Hoffnung und Kraft. Anna mag die Vielseitigkeit. Und genau so bunt gestaltet sie ihren Alltag und tanzt auf verschiedenen Hochzeiten durchs Leben. Sie hat nebst ihrer Erstausbildung zur Coiffeuse auch Maskenbildnerin gelernt, eine Tanzausbildung absolviert und Bewegungspädagogik studiert. Derzeit hat sie eine Filmidee. Das Thema: Halt, Halt verlieren und Haltlosigkeit aushalten.

Nicht nur in der Offenen Kirche Elisabethen schneidet Anna Menschen die Haare. Auch im Männerheim, einem Haus für Obdachlose und in einer Institution für Drogenabhängige bietet sie ihre Dienstleistung an. «Es sind diese konkreten und doch flüchtigen Begegnungen, die mich berühren. Ich mag diese kurzen Augenblicke», sagt Anna, während die Haare durch ihre Finger gleiten und zu Boden fallen.

«Am Anfang habe ich mich geschämt, hierher zu kommen», sagt Silvia, die regelmässig bei *Tischlein deck dich* Lebensmittel holt. Doch mittlerweile sei *Tischlein deck dich* für sie zu einer Art Familie geworden. «Anna ist eine sehr liebe Frau», sagt Silvia, schweigt und schaut ins Kerzenlicht. Und dann kehrt für einen lang gefühlten Augenblick eine wohlige, friedliche Stille ein, von der man sich gerne umhüllen lässt.

CS

*Name von der Redaktion geändert



Anna Tschannen schneidet den Kunden von *Tischlein deck dich* und ihren Familien die Haare.

Haare schneiden in der Kirche

Ein Angebot der Offenen Kirche Elisabethen, Basel

- Wo: Offene Kirche Elisabethen,
Elisabethenstrasse 14, 4002 Basel
- Wann: Dienstagvormittag, zwischen 9.30 und 11.30 Uhr
- Kosten: zwischen 2 und 6 Franken pro Haarschnitt
- Termine: Ohne Anmeldung

Gaumenfreude und sozialer Austausch in einem

Die Angebote der reformierten Kirche Illnau-Effretikon sind kaum zu überbieten. Vom Kletterkurs für Jugendliche über einen Männerapéro bis hin zu Reisen in entfernte Länder gibt es alles, was das Herz begehrt. Auch der Mittagstisch am Mittwoch ist mittlerweile zur festen Institution geworden. Gekocht werden Gerichte aus aller Welt. Ein Angebot, das jedem offen steht und Menschen zusammenbringt.

«Essen verbindet», sagt Pia Fisler, Diakonin der reformierten Kirche Effretikon und gleichzeitig Abgabestellenleiterin von *Tischlein deck dich*. Sie hat den Mittagstisch als weiteres Angebot der reformierten Kirche vor zwei Jahren ins Leben gerufen. Fisler wollte einen Treffpunkt schaffen, der allen offen steht. Und sie wollte den Kunden von *Tischlein deck dich* ermöglichen, auch mal auswärts essen zu können. «Die Kunden von Tischlein bezahlen zwei, die besser Betuchten zehn Franken fürs Mittagessen.» Die engagierte Diakonin ist überzeugt, dass solche Angebote sozialer Ausgrenzung entgegenwirken und den Austausch und das Miteinander fördern.

An diesem Mittwoch steht sri-lankisches Essen auf dem Menüplan. Über 60 Menschen haben sich im hellen Kirchensaal versammelt und warten gespannt auf das heutige Gericht. Der Geruch von Kreuzkümmel, Kardamom und Curry liegt in der Luft. Köchin Vanitta steht lächelnd hinter den Töpfen und schöpft Biryani-Reis mit Poulet, dem Nationalgericht von Sri Lanka. Vanitta, die selbst aus dem Norden von Sri Lanka stammt, lebt seit 17 Jahren in der Schweiz. Sie ist auch Kundin von *Tischlein deck dich*. Sie ist ein lebendiger Beweis dafür, dass Armutsbe-

troffene über Talente und Ressourcen verfügen, die leider nur selten genutzt werden. Sechs Mal pro Jahr kocht sie für den Mittagstisch. Kochen sei ihr Hobby. Ihre Gerichte sind legendär und locken viele an. «Dank *Tischlein deck dich* und dem Mittagstisch habe ich hier neue Menschen kennengelernt und es haben sich Freundschaften über verschiedene Nationen hinweg entwickelt», sagt die 36-Jährige.

Das Publikum ist bunt durchmischt. *Tischlein deck dich*-Kunden, freiwillige Mitarbeitende von *Tischlein deck dich*, Menschen, die in der Nähe arbeiten sowie Angestellte von Behörden und Kirche gesellen sich zusammen. Es wird erzählt und gelacht. Otto Gossweiler und seine Frau, die sich für *Tischlein deck dich* engagieren, bleiben nach der Lebensmittelausgabe häufig zum Mittagessen. «Für mich ist dieses Angebot der reformierten Kirche wie eine Gaumenreise durch die verschiedenen Länder», sagt er. Zudem schätze er den kulturellen Austausch. Dank dem Mittagstisch habe er viel über die verschiedenen Kulturen und deren Traditionen erfahren. «Mit einem jungen Iraner pflegen wir einen sehr engen Kontakt», erzählt er. Unterdessen sei er fast zu einem Sohn geworden.

Alexandra Latinovic, die am selben Tisch sitzt, bezieht jeden Mittwochvormittag Lebensmittel und freut sich dann auf den Mittagstisch. Bevor *Tischlein deck dich* in ihr Leben gekommen sei, musste sie darum kämpfen, dass sie genügend zu essen hatte, sagt sie. «Bei Tischlein bekomme ich für mein Empfinden Luxusartikel», freut sie sich und erzählt von den Artikeln, die sie hier erhalte wie beispielsweise dunkle edelzarte Schokolade. Sie selbst könne sich im Laden nur die Budgetlinie leisten. «*Tischlein deck dich* lässt einen vergessen, dass man bedürftig ist», sagt Alexandra und schiebt sich eine Gabel Curry-Reis in den Mund. Neben ihr sitzt ihr Mitbewohner. Er spricht über seine Krankheit und davon, dass sein Berner Sennenhund ihm schon zwei Mal das Leben gerettet habe. Es sind Geschichten, die berühren und unter die Haut gehen.

Nach dem Mittagessen stellt Pia Fisler den Anwesenden eine Mitarbeiterin der Hilfsorganisation Medair vor. Sie ist soeben aus einem der Flüchtlingscamps an der Grenze zu Syrien zurückgekommen und gibt einen eindrücklichen Lagebericht ab. Die reformierte Kirche in Effretikon macht in allen Facetten vor, wie Nächstenliebe und soziales Engagement gelebt werden.

CS



Vanitta (in der Mitte) und ihre Crew präsentieren stolz ihre sri-lankischen Gerichte.

In Einklang mit Mensch und Natur

Bei Weleda in Arlesheim werde ich gleich von mehreren Personen empfangen: Patricia Pécourt, Leiterin Kommunikation, Marcel Locher, Nachhaltigkeitsmanager, und Produktionsleiter Dieter Burkhard. Man nimmt sich Zeit für einen einzelnen Besucher. Weleda ist einzigartig. Darin sind sich die drei Personen am Tisch einig. Weleda steht für Natur, Nachhaltigkeit, Ganzheitlichkeit und ethisches Wirtschaften entlang der ganzen Wertschöpfungskette. Der anthroposophische Gründungsgedanke von Rudolf Steiner schwingt bewusst oder unbewusst bei allen Mitarbeitenden mit. Alle sind sie von ihrem Engagement überzeugt und stehen voll und ganz hinter dem Schweizer Hersteller von ganzheitlichen Naturkosmetikprodukten und Arzneimitteln mit weltweitem Vertriebsnetz.

Produktionsleiter Burkhard sagt: «Als ich zum ersten Mal in der Duftkammer mit all den hochwertigen Essenzen stand, war mir sofort klar, dass ich für Weleda arbeiten will.» Er hat sich in vielen kleinen und grossen Firmen engagiert und schliesst: «Bei Weleda fühle ich mich einfach wohl. Einer Firma mit qualitativ hochstehenden Produkten, die zu 100 Prozent aus der Natur kommen.» Und doppelt sogleich nach: «Wir machen vieles selbst, damit wir den ganzen Weg begleiten und kontrollieren können.» Kommunikationsleiterin Pécourt arbeitet bereits seit 16 Jahren für die Firma. «Das Unternehmen hat eine Seele und ich fühle das. Und so ergeht es wohl auch den anderen Mitarbeitenden. Viele bleiben sehr lange bei uns.» Das Wohlbefinden der Mitarbeitenden liegt Weleda am Herzen.

Locher, der Nachhaltigkeitsmanager, spricht von den Kernwerten Ökologie, Gerechtigkeit und Qualität, die ihn mehr als überzeugen. «Bei der Herstellung verwenden wir nur natürliche Rohstoffe und diese kommen überwiegend aus ökologischem Anbau, wie beispielsweise aus dem eigenen europaweit grössten biologisch-dynamisch bewirtschafteten Heilpflanzengarten in Wetzgau bei Schwäbisch Gmünd», erklärt er. Die Kosmetikprodukte von Weleda sind frei von synthetischen Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen. Zum Thema ethisches Wirtschaften zitiert Produktionsleiter Dieter Burkhard den Gründervater Rudolf Steiner, der gesagt hat: «Die Wirtschaftlichkeit muss gegeben sein, aber nicht um jeden Preis. Denn Weleda steht im Dienste der Gesellschaft und will dem Menschen so viel Gutes wie möglich tun.» Dieses Gedankengut ist geblieben: Heute engagiert sich Weleda bei *Tischlein deck dich* und spendet regelmässig hochwertige Naturpflegeprodukte für bedürftige



Menschen. Das Weleda-Sortiment umfasst über 100 Naturkosmetikprodukte und 1200 Fertigarzneimittel. Wie überall, wo produziert wird, gibt es unweigerlich Ausschuss. Die Gründe dafür sind vielfältig. «Dichtigkeitstests können einen Abdruck auf der Packung verursachen. Der Handel nimmt solche Artikel nicht mehr entgegen», erklärt Burkhard. «Beim Einlaufen kann es ausserdem zu Unterfüllungen kommen. Oder wenn die Maschine auf ein anderes Produkt eingestellt wird, dauert es in der Regel einen Moment, bis alle Parameter perfekt kalibriert sind. Hier fällt zu Beginn ebenfalls Ausschussware an. Und schliesslich gibt es Retouren aus den Märkten, etwa bei Fehlbestellungen», sagt der Produktionsleiter. «Ich finde es schlimm, wenn gute Ware weggeworfen werden muss. Das macht weh», ergänzt Burkhard. Deshalb ist er froh, eine sinnvolle Lösung für seine Produkte gefunden zu haben: Seit 2012 spendet Weleda jährlich rund 20'000 Stück Pflegeprodukte an *Tischlein deck dich*.

Der anschliessende Rundgang führt durch den Abpackbetrieb. Am Ende stehen Burkhard und ich im hauseigenen Weleda-Garten, wo über 200 Pflanzen kultiviert werden. «Die in der Natur enthaltene Energie weiterzugeben, das ist die Vision von Weleda», sagt Burkhard und verabschiedet sich mit einem warmen Händedruck und einer hübsch verpackten Schachtel mit Pflegeprodukten und dem Aufdruck: Ein Geschenk von Herzen.

CS

Balancieren zwischen Musterapfel und Gerechtigkeit

Hektik macht sich breit. Vor wenigen Minuten ist ein Kühlfahrzeug der Schweizer Tafel vorgefahren. Daniel macht sich sofort auf den Weg zum Lieferwagen. Was wird es dieses Mal sein? Daniel ist gelernter Elektriker und seit acht Monaten im Beschäftigungsprogramm auf der *Tischlein deck dich*-Plattform Ost in Winterthur tätig. Er ist Teil des Rüst-Teams und mag die Tätigkeit. Ihm macht es nichts aus, die verfaulten Blätter von den Salatköpfen zu klauben oder die schimmlichen Pilze auszusortieren. Denn der Rest des Salats und der Pilze eignet sich perfekt dazu, zu einem feinen Gericht für weniger privilegierte Menschen zu werden.

Daniel freut sich über den Inhalt des Lastwagens: kistenweise knackige Äpfel und rosige Granatäpfel, Salat, abgepacktes Fleisch, Dutzende Joghurts und Latte-Macchiato-Getränke. Statt die Lebensmittel wegzuerwerfen, hat die Schweizer Tafel diese bei den Detailhändlern abgeholt und zu *Tischlein deck dich* gebracht. Sobald die Ware eintrifft, stellt Daniel sicher, dass die Kühlkette nicht unterbrochen wird. Er überprüft die Temperatur der Lebensmittel und sorgt dafür, dass der Sollwert eingehalten wird. Dann verfrachtet er die Esswaren in die Kühlräume. Nur wenig später werden er und das Team das Gemüse, die Früchte und den Salat rüsten und sortieren.

Die Herausforderungen für das Rüst-Team sind vielfältig: Denn jeder Mitarbeiter und jede Mitarbeiterin hat andere Vorstellungen davon, ob ein Gemüse noch verwertbar ist, an die Abgabestellen geliefert oder entsorgt werden muss. *Tischlein deck dich* stellt durch Schulung und Prozesse sicher, dass alle die Qualitätsvorgaben kennen und einhalten. Fotos von Lebensmitteln helfen zu entscheiden, wann ein Gemüse oder eine Frucht noch abgabefähig ist und wann nicht. Einerseits müssen die Lebensmittel rasch möglichst gerüstet, sortiert und für die Weiterverteilung aufbereitet werden. Andererseits müssen die Produkte gewisse Qualitätsansprüche erfüllen, bei gleichzeitiger Einhaltung der Devise «so wenig wie möglich wegwerfen».

David Kranjcec leitet nicht nur das Rüst-Team, sondern das gesamte Lager-Team der Plattform Ost. Aus der bunten Schar an Mitarbeitenden aus Zivildienst und Arbeitsintegrationsprogrammen eine motivierte und leistungsfähige Truppe zu formen, bleibt für ihn eine tagtägliche Herausforderung. «Es gilt die Motiviertesten zu finden, die Erwartungen zu managen und mit den unterschiedlichsten Tagesverfassungen umzugehen. Hat jemand einen schlechten Tag, hilft manchmal gutes Zureden», sagt er.

Wenn Mitarbeiter nicht auftauchen, sich das Arbeitstempo nicht erhöhen lässt, die Frischprodukte aber dringend verarbeitet werden müssen, kommt auch David an seine Grenzen. Und dennoch gilt es, ruhig Blut zu bewahren und die Führungsarbeit konsequent umzusetzen. Qualität hat Priorität vor Quantität. Es braucht Zeit, um die Mitarbeitenden anzulernen und zu schulen. Und wenn sie die Abläufe verinnerlicht haben und sich die Rüster mit der Zeit zu einem eingespielten Team formiert haben, verlassen sie *Tischlein deck dich* häufig bereits wieder.

Oliver Krüger ist Herr über die Zahlen: Als Leiter Logistik Schweiz weiss er, wann und wo welche Lebensmittel in welchen Mengen und von wem für *Tischlein deck dich* gespendet wurden. Und wann wie viel davon an welche Abgabestelle geliefert wird. Die Lebensmittelspender erhalten jeweils eine Bescheinigung über die Höhe ihrer jährlichen Spenden. Oberstes Ziel für Oliver ist die gerechte Verteilung: Alle Kundinnen und Kunden sollen von den gespendeten Lebensmitteln profitieren. Doch er muss abwägen zwischen Gerechtigkeit, Ökologie und Ökonomie. Fährt man beispielsweise wegen einer Kiste Ananas, die jemand spenden möchte, von Winterthur nach Kreuzlingen? Auch für Oliver gilt: Mit den vielfältigen Herausforderungen jonglieren und dabei einen kühlen Kopf bewahren – damit möglichst viele Menschen von *Tischlein deck dich* profitieren können.

AS



Eingespielte Rüstequipe:

Anciello Euplio, Rolf Blatter, Daniel Rieder und Salvatore Salvaggio.

«Nicht einmal ein Millionär kann sich Gesundheit kaufen!»

Das Leben hat sie nicht verschont. Trotz ihrer diversen Krankheiten findet Therese König*, Bezügerin von *Tischlein deck dich*, immer wieder den Mut weiterzugehen. Ihr Mann, ihre Tiere und nicht zuletzt *Tischlein deck dich* geben ihr dazu die nötige Kraft.

«Ich bin ein krankes Froueli», sagt Therese König mit einem Lächeln und streckt mir ihre in eine Schiene gebundene Hand zur Begrüssung entgegen. «Wäre ich ein Hund, würde man mich einschläfern», sagt sie mit einem gewissen Galgenhumor.

Thereses Leben ist geprägt von Krankheiten, die in ihrer Jugend ihren Anfang nahmen. Sie schildert ihre Symptome nüchtern und sachlich und man merkt, über welch medizinisches Wissen sie aufgrund der eigenen Betroffenheit verfügt. Es fallen Begriffe wie Osteoporose, Polyarthritis, Kollagenose, Asthma. Aufgrund ihrer Dauermedikation leidet sie zudem unter medikamentösen Nebenwirkungen. Gedächtnisstörungen etwa. Als wäre das nicht schon genug des Unerträglichen, diagnostizierte man bei ihr vor vier Jahren eine äusserst seltene Autoimmunkrankheit namens Churg-Strauss-Syndrom. Diese Krankheit verläuft in Schüben und beschädigt dabei jedes Mal ein weiteres Organ. «Mein Herz und meine Lungen sind durch die Krankheit beschädigt. Irreversibel.» Mit den Krankheiten türmten sich auch die Arztrechnungen. Weil die Ergänzungsleistungen so lange auf sich warten liessen, gelangte Therese in ihrer finanziell ausweglosen Situation an eine Stelle der reformierten und katholischen Kirche, die sich um finanzielle Nothilfe für chronisch Kranke kümmert. «Dort erhielt ich auch die *Tischlein deck dich*-Karte. Wir sind so froh, dass es solche Stellen gibt, die uns helfen», sagt die 58-Jährige. Dank einer weiteren privaten Organisation, die gratis Tierfutter an bedürftige Tierhalter abgibt, könne sie ihre Haustiere halten. Ein Hund, eine Katze und ein paar Vögel. «Die Tiere geben mir Halt und schenken mir Liebe. Sie nehmen mich so an, wie ich bin.»

Tischlein deck dich war für Therese ein weiterer Glücksfall. «Das Angebot entlastet unser Budget enorm.» Deshalb können sie und ihr Mann sich ab und zu ein bisschen Holz kaufen. «Mein Mann ist ein begnadeter Schreiner», sagt sie nicht ohne Stolz und blickt ihn liebevoll an. «Er bastelt kleine Möbel und verschönert unsere 1½-Zimmer-Wohnung.» Bei ihrem Mann wurde eine frühe Demenz diagnostiziert. Die beiden sind unzertrennlich. Wo sie nicht weiter weiss, hilft er und umgekehrt.

«Ich habe schon immer am Rande der Gesellschaft gelebt. Deshalb musste ich mich nicht überwinden, um zum *Tischlein* zu

gehen. Im Gegenteil.» Sie freue sich jedes Mal und sei gespannt darauf, was auf die Tische gezaubert werde. Therese hat nur lobende Worte für die aufgestellten Freiwilligen an der Abgabestelle. «Das sind so gute Seelen», betont sie.

Sie hat im Laufe ihres Lebens gelernt, mit ihren Krankheiten umzugehen und sich nicht von den Sorgen an die Zukunft verrückt machen zu lassen. «Ich nehme jeden Tag so, wie er sich gerade präsentiert.» Sie hat gelernt, sich abzulenken. Und das kann sie mit ihren Tieren und ihrem Hobby, dem Kochen. Aus Mangel wurde Kreativität. Therese kann aus den unterschiedlichsten verfügbaren Zutaten und Resten im Handumdrehen ein Gericht zubereiten. «Einmal gab es beim *Tischlein* sehr viele Randen. Nachdem sie bereits einige Randengerichte gekocht hatte, erfand sie schliesslich einen Randenkuchen. «Er hat hervorragend geschmeckt.» Sie gab ihm den Namen Erdenkuchen.



Gemeinsam stark. Gemeinsam durch dick und dünn.

Wenn sie drei Wünsche bei einer Fee offen hätte? «Erstens, dass meine Autoimmunkrankheiten sich möglichst ruhig verhalten und ich einigermaßen stabil bleiben darf. Zweitens, dass ich nicht allzu viele Schmerzen haben muss.» Sie macht eine Pause und sinniert: «Eigentlich alles Dinge, die man nicht kaufen kann – nicht einmal ein Millionär kann sich Gesundheit kaufen!» Und drittens erhoffe sie sich, dass sie und ihr Mann noch möglichst lange zusammen in ihrer 1½-Zimmer-Wohnung bleiben dürfen. Zusammen mit ihren Tieren. Das alles gebe ihr Geborgenheit und ein Gefühl des Eingebettet-Sein. Therese ist es gelungen, mit den Belastungen umzugehen und den Blick immer wieder auf das Gute und Positive zu richten. «Man darf nie aufhören zu träumen», sagt sie zum Abschied.

CS

*Name von der Redaktion geändert

Neues aus der *Tischlein deck dich*-Welt

Eröffnungen

Sursee (LU): vorgesehen im Januar 2016
 St. Gallen (SG): vorgesehen im Januar 2016
 Neuhausen (SH): vorgesehen im Januar 2016
 Landquart (GR): vorgesehen im Februar 2016
 Erlen (TG): vorgesehen im Februar 2016
 Winterthur (ZH): vorgesehen im März 2016



Impressum

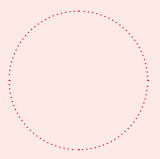
Herausgeber:

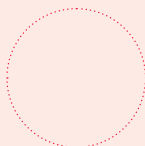
Verein *Tischlein deck dich*
 Rudolf Diesel-Strasse 25
 8405 Winterthur
 info@tischlein.ch
 Telefon 052 224 44 88
 www.tischlein.ch
 Spendenkonto: PC 87-755687-0

Redaktion: Caroline Schneider (CS),
 Ancilla Schmidhauser (AS)
Lektorat: Martina Beranek
Erscheinungsweise: vierteljährlich
Grafik/Layout: grafisch.ch
Auflage: 8'000 Ex. (d, i, f)
Nächste Ausgabe: März 2016

Das Abonnement kostet 20 Franken im Jahr und ist für Mitglieder, Gönnerinnen und Gönner im Beitrag enthalten.

Vielen Dank für Ihre Spende

| Empfangsschein / Récépissé / Ricevuta | + Einzahlung Giro + | + Versement Virement + | + Versamento Girata + |
|--|---|--|--|
| Einzahlung für / Versement pour / Versamento per | Einzahlung für / Versement pour / Versamento per | Zahlungszweck / Motif versement / Motivo versamento | |
| Verein Tischlein deck dich Rudolf Diesel-Strasse 25 8405 Winterthur CH51 0900 0000 8775 5687 0 | Verein Tischlein deck dich Rudolf Diesel-Strasse 25 8405 Winterthur CH51 0900 0000 8775 5687 0 | TL 04/2015 <input type="checkbox"/> Ich wünsche keine Publikationen |  EAG 12.15 6540 |
| Konto/Compte/Conto 87-755687-0 CHF | Konto/Compte/Conto 87-755687-0 CHF | Einbezahlt von / Versé par / Versato da | |
| <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> | <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> | 441.02 |
| | 105 | | |



Die Annahmestelle
L'office de dépôt
L'ufficio d'accettazione

877556870>

877556870>