

# Tafelpost

Ausgabe Herbst 2023

Schweizer Tafel

Essen verteilen – Armut lindern



## Spannende Porträts

*Michele, Amir und René  
erzählen aus ihrem Leben*

ab Seite 4

## Freiwillige Helferinnen und Helfer

*Deshalb engagieren wir uns*

Seite 10

# Inhalt

.....PORTRÄTS



## Spannende Porträts

*Michele, Amir und René erzählen aus ihrem Leben*  
ab Seite 4

Seite 3 Editorial

Seite 12 Erfahrungsberichte Regionenleitungen

Seite 15 Neue Spendenprojekte

Seite 16 Kurznews

.....FREIWILLIGE



## Freiwillige Helferinnen und Helfer

*Deshalb engagieren wir uns*  
Seite 10

.....GÖNNERVEREIN



## Gönnerverein Schweizer Tafel

*Tue Gutes und rede darüber!*  
*Ausblick 20 Jahre Suppentag*  
Seite 18

**ALDI SÜSSE**

**coop**

**MIGROS**

*Danke*

**Gönnerverein Schweizer Tafel**

**Schindler**

**ERNST GÖHNER STIFTUNG**

*Wir danken unseren Hauptpartnern ganz herzlich für die langjährige und grosszügige finanzielle Unterstützung!*

**Titelseite:**  
Schweizer Tafel auf Tour

**Impressum**  
**Herausgeber:**  
Stiftung Schweizer Tafel, Bahnhofplatz 20, 3210 Kerzers, Tel. 058 255 62 00, kommunikation@schweizertafel.ch, www.schweizertafel.ch

**Spendenkonto:**  
Credit Suisse (Schweiz) AG, Zürich  
IBAN CH63 0483 5033 2362 3100 2

**Redaktion:** Sabrina Munz (Leitung), Jessica Wyss  
**Gestaltung:** Atelier Herrmann SGD, Gümmenen  
**Fotos:** Sandra Mumprecht, Carlos Ingold, Schweizer Tafel  
**Druck:** Mastra Druck AG, Schönbühl. Diese Drucksache wurde 100% klimaneutral in der Schweiz hergestellt.  
**Auflage:** 7150 Deutsch/Französisch, Ausgabe Oktober 2023. Die Tafelpost erscheint im Frühjahr und im Herbst.



*Liebe Leserin, lieber Leser*

*Foodwaste und Armut – zwei Themen, die gegensätzlicher wohl kaum sein könnten. Während manche Menschen ihre Grundbedürfnisse nur mit Mühe decken können, landen anderswo tonnenweise überschüssige Lebensmittel im Abfall. Diesen Missstand bekämpft die Schweizer Tafel seit über 20 Jahren, indem sie die Brücke zwischen Überfluss und Mangel bildet und die Lebensmittel dorthin bringt, wo sie zum Leben dringend gebraucht werden.*

*Auch in dieser Ausgabe der Tafelpost gewähren wir einen Blick hinter die Kulissen unserer Abnehmer und porträtieren Menschen, die mit Hilfe der Schweizer Tafel und der durch uns belieferten sozialen Institutionen neuen Mut fassen konnten. Es sind Menschen, die zu wenig Geld zum Leben haben, die aus ihrem Land flüchten mussten, ihren Job oder ihr Dach über dem Kopf verloren haben oder nach Schicksalsschlägen suchtkrank wurden. In unterschiedlichen Institutionen erhalten diese Personen nicht nur Essen, sondern oftmals auch eine Aufgabe oder ein Zuhause auf Zeit, wieder Anschluss an die Gesellschaft und eine Perspektive.*

*Die finanziellen Mittel dieser Organisationen sind oft sehr knapp und die Lebensmittellieferungen entlasten ihr Budget erheblich. Die Abgabe von Lebensmitteln oder die Zubereitung von Mahlzeiten bilden einen wichtigen Bestandteil ihres Angebots, gleichzeitig können sie die zur Verfügung stehenden Gelder für weitere Dienstleistungen nutzen, Schlafplätze anbieten, Arbeitsplätze zur Reintegration schaffen, einen Treffpunkt für Gleichgesinnte bieten und vieles mehr.*

*Weiter ist es uns ein grosses Anliegen, allen Unterstützerinnen und Unterstützern und unseren Partnern von Herzen für ihr Engagement zu danken und ihre innovativen Ideen in unserem Magazin vorzustellen. Unser Dank gilt allen, die sich mit Zeit oder Geld in irgendeiner Weise für unsere Mission einsetzen und damit unsere Arbeit überhaupt erst möglich machen.*

*Die Bekämpfung von Foodwaste ist eine ökologische Verpflichtung und eine moralische und soziale Notwendigkeit. Die Schweizer Tafel leistet nicht nur einen wichtigen Beitrag zur Armutsbekämpfung, sondern hilft aktiv mit, die Umwelt zu schützen. Gemeinsam können wir eine nachhaltigere Welt schaffen, in der Lebensmittel nicht verschwendet, sondern sinnvoll genutzt werden.*

*Herzlichen Dank!*

*Marc Ingold*

*Geschäftsleiter Stiftung Schweizer Tafel*

# Editorial



# Emmaus, Etagnières

**Emmaus ist eine globale Bewegung, die Menschen zusammenbringt, die Ausgrenzung erleben oder sich gegen soziale Ungerechtigkeiten einsetzen. Die Bewegung zählt in 41 verschiedenen Ländern rund 425 Gruppen.**

Die Schweizerische Emmaus-Vereinigung hat elf Sektionen. Drei der insgesamt sechs Wohngemeinschaften erhalten Lebensmittel der Stiftung Schweizer Tafel. Die Emmaus-Gemeinschaft in Etagnières wird von der Region Romandie beliefert. Das Gebäude ist eine ehemalige Mühle aus dem Jahr 1780, die zum Bauernhof nebenan gehörte. Da 1972 bereits Familien mit Problemen in der Region lebten, entschloss sich die Bauernfamilie, die Mühle als Emmaus-Wohngruppe anzubieten. Seit der Eröffnung fährt jeden Tag an der Rue de la Combe 39 ein Lieferwagen vor und lädt etwa fünf Kisten mit Gemüse, Obst und Brot ab. Damien, Co-Leiter der Institution, erklärt uns: «Für das ganze Jahr verfügen wir leider nur über 8000 Franken Budget für Lebensmittel. Das ist etwa 1 Franken pro Person pro Tag. Eigentlich wären 100 000 Franken nötig, damit Mahlzeiten für Bewohnende und freiwillige Helfer:innen abgedeckt sind. Das Emmaus könnte sein Tagesgeschäft ohne die Lebensmittel der Schweizer Tafel nicht aufrechterhalten.»

Die Institution verfügt über 21 Zimmer. Alle Betten der Wohngemeinschaft sind belegt. «Seit es das Emmaus in Etagnières gibt, waren die Betten stets nur für ganz kurze Zeit unbelegt. Es gibt leider mehr Obdachlose in der Schweiz, als viele vermuten. Wenn Personen uns nach einem Schlafplatz fragen, wir aber über kein freies Zimmer verfügen, erlauben wir ihnen, für ein paar Tage auf dem Sofa zu schlafen. Gemeinsam suchen wir dann nach Lösungen. Wir geben ihnen die Möglichkeit, sich bei Partnerorganisationen nach einem Platz zu erkundigen. Schwer ist es dann, wenn wir erfolglos sind und ihnen Kontakte von Notfallschlafstellen geben müssen», meint Damien. Damien ist seit drei Jahren in der Organisation tätig. Wir fragen Damien, was ihm in der bisherigen Zeit besonders geblieben ist:

«In den vergangenen drei Jahren hatte ich eine Fülle an bleibenden Erlebnissen. Prägend war, dass die Bewohnenden einst alle obdachlos waren. Wir können uns kaum vorstellen, wie hart das Leben auf der Strasse sein kann. Obdachlose, die dann zu uns kommen, haben wichtige Grundlagen in der Hygiene und für die Gesundheit vergessen: wie und warum man sich wäscht, wie viel und was man isst und wann der Körper Schlaf braucht. Es gab schon viele emotionale Momente. Von einem Tag auf den anderen dürfen ehemalige Obdachlose langsam aufatmen. Der Dauerstress, wie man etwas zu essen bekommt und wo man heute Abend schlafen kann, fällt weg.»

Der Emmaus-Gemeinschaft ist es wichtig, dass die Bewohnenden möglichst selbstständig bleiben. Das heisst, jeder ist sein eigener Akteur im Leben. Bei Neuzugängen wird durch ein Gespräch herausgefunden, welches Wissen die Person mitbringt und wie dieses vorhandene Wissen in der Gemeinschaft eingesetzt werden kann. Dementsprechend werden die Ateliers zugeteilt. Eine Beschäftigung ist beispielsweise auch der Küchendienst. Gregor, der neue Küchenchef, organisiert die Wochenmenüs, was nicht immer einfach ist: «Die Menüplanung ist jeden Tag anspruchsvoll. Einerseits wissen wir nicht, was uns der Lieferwagen vorbeibringt, und andererseits arbeite ich in der Küche mit unausgebildeten Personen zusammen. Ich bin froh, dass ich zusätzlich auf freiwillige Helfer:innen zählen darf. Sie helfen mir, die Menschen daran zu erinnern, dass eine gesunde Ernährung wichtig ist. Obdachlose verlernen in den meisten Fällen, sich gesund und ausgewogen zu ernähren, weil sie keine Möglichkeit dazu haben. Daher ist es mir enorm wichtig, die Bewohnenden zu sensibilisieren, dass Mahlzeiten aus frischen Produkten ihrem Körper Energie für den Tag geben. Bei uns ist fast alles hausgemacht. An meinen freien Tagen gibt es auch mal eine Tiefkühlpizza», ergänzt Gregor schmunzelnd.



## Michele

**Michele wuchs im Süden Italiens auf. Seine Familie hat marokkanische Wurzeln, lebt aber seit längerem in Italien. Michele ist studierter Techniker. Die Realität traf ihn hart, als er nach dem Studium keine Arbeit in seinem Beruf fand. Er hielt sich mit temporären Jobs jeglicher Art über Wasser. Er zog aus dem Süden nach Como in der Nähe von Chiasso und hoffte, dort mehr Glück bei der Jobsuche zu haben. Als seine Verzweiflung gross war und er kaum noch finanzielle Reserven hatte, schickte ihm die Familie Geld. Damit kaufte er sich ein Zugticket in die Schweiz.**

Im Tessin angekommen, hatte er neue Hoffnung und suchte nach einer Arbeitsstelle. Leider ohne Erfolg. Seine finanziellen Mittel waren nun endgültig aufgebraucht. Er stand auf der Strasse und hatte nichts mehr. Michele war obdachlos. Er hatte sein ganzes Leben versucht, alles richtig zu machen und Geld zu verdienen. Nun war er an einem Tiefpunkt angelangt.

Michele lebte für 18 Monate auf der Strasse. Jeden Tag nach dem Aufwachen wurde er aufs Neue mit den Fragen konfrontiert: «Wo schlafe ich heute Abend? Wie komme ich an Essen?» Durch Zufall erfuhr der Italiener von einer Organisation namens Emmaus, welche Obdachlosen ein Bett und eine Mahlzeit anbot. Im Tessin gab es einen Standort. Er nahm all seinen Mut zusammen und ging bei der Organisation vorbei. Ernüchtert musste er feststellen, dass die Wohngemeinschaft kein Zimmer frei hatte. Doch die Mitarbeitenden von Emmaus halfen ihm bei der Suche nach einem freien Bett in einer Partnerorganisation. So kam er nach Etagnières im Kanton Waadt.

Die Wohngemeinschaft nahm Michele auf und stellte ihm ein kleines Zimmer zur Verfügung. Michele war sehr dankbar und konnte es kaum glauben. Die ersten Tage waren sehr emotional. «Ich hatte ein Dach über dem Kopf und musste mich nicht mehr

sorgen, wann ich wohl das nächste Mal etwas zu essen bekommen. Es gibt ein Gemeinschaftsbad, in dem ich mich waschen kann. So viel Privatsphäre hatte ich schon lange nicht mehr. Hier konnte ich aufatmen und mich neu sammeln. Ich möchte gerne noch etwas bleiben, dann suche ich mir einen Job, eine kleine Wohnung und hoffe, so im Leben wieder Fuss zu fassen», meint Michele mit einem kleinen Lächeln.

Wir fragen Michele, ob er sich gut im Emmaus eingelebt hat. Er überlegt kurz und antwortet dann: «Ja, ich fühle mich wohl. Es ist nicht zu vergleichen mit einer eigenen Wohnung oder einem Haus. Aber ich habe einen trockenen und warmen Schlafplatz und sozialen Kontakt mit den anderen Bewohnenden. Freundschaften zu schliessen fällt mir immer noch schwer. Ich plane, nicht zu lange hier zu bleiben. Daher ist es für mich nicht einfach, andere Menschen an mich heranzulassen.»

Die Emmaus-Gemeinschaft wird Michele auf seinem Weg unterstützen. «Es gibt Personen, die bleiben nur für ein paar Wochen, andere für ein paar Monate und wiederum andere sind schon seit mehreren Jahren bei uns. Jede Person ist von anderen Erlebnissen geprägt. Wer davor über zehn Jahre auf der Strasse gelebt hat, dem fällt es in der Regel viel schwerer, sich in die Gesellschaft zu integrieren, als einer Person, die für ein paar Monate auf der Strasse lebte», meint Damien. Er fährt weiter: «Das Emmaus bietet eine Basis, doch die betroffenen Personen müssen vieles selbstständig leisten.»

*Es sind schätzungsweise 2200 Menschen in der Schweiz von Obdachlosigkeit betroffen. Weitere 8000 Menschen sind von einem Wohnungsverlust bedroht. Dies gemäss einer Studie «Obdachlosigkeit in der Schweiz», welche die Hochschule für Soziale Arbeit Nordwestschweiz (FHNW) im Auftrag des Bundesamtes für Wohnungswesen (BWO) erarbeitet hat. Quelle: [www.admin.ch](http://www.admin.ch)*



## Sissacher Tafel, Sissach

**«Brauchen wir in Sissach eine Lebensmittelabgabestelle?» Auf diese Frage kam vor einigen Jahren ein «Nein» in der Gemeinde Sissach. Es sei keine Nachfrage für Lebensmittelhilfe vorhanden. Pfarrer Gerd Sundermann gab sich mit der Antwort nicht zufrieden und kontaktierte die Stiftung Schweizer Tafel, Region Nordwestschweiz. Heute, nach bald vier Jahren Lebensmittelausgabe, sind rund 300 Personen froh, dass die reformierte Kirchgemeinde Sissach das Projekt damals realisiert hatte.**

### Es war das erste Projekt in der Kirchgemeinde

Im Jahr 2019 beschäftigte sich Gerd Sundermann bereits intensiv mit der Thematik Foodsave. In seinem Unterricht an den Schulen und auch in seinen Gottesdiensten wurde die Sensibilisierung gezielt eingebaut. «Für mich ist Lebensmittelverschwendung etwas, das mit entsprechendem Wissen im privaten Haushalt minimiert werden kann. Der nachhaltige Umgang mit Ressourcen sollte uns Menschen bewusst sein. Jeder kann seinen Alltag hinterfragen und herausfinden, wie Ressourcen nachhaltig genutzt werden können», erklärt Gerd. Er realisierte schnell, dass Foodwaste auch künftig noch ein Problem in der Gemeinde Sissach sein würde, Sensibilisierung allein reicht nicht aus. Dadurch kam die Idee, eine Abgabestelle zu lancieren. Denn vom Konzept, Lebensmittel zu retten und an Bedürftige weiterzugeben, hatte er bereits gehört. Er trug sein Vorhaben vor und war über die Reaktion in der Gemeinde überrascht: Es gebe keine Einwohner, die auf Lebensmittelhilfen angewiesen seien.

Leider ist sich ein grosser Teil der Schweizer Bevölkerung nicht bewusst, dass Armut in ihrem direkten Umfeld vorhanden sein kann. Für viele Menschen ist es ein Tabuthema, denn die Scham, über finanzielle Notlagen zu sprechen, ist zu gross. Gemäss BFS lebten im Jahr 2021 rund 8,7% der Bevölkerung unter der Armutsgrenze, Tendenz steigend (Quelle: BFS 2023).

Gerd realisierte mit der Unterstützung der Schweizer Tafel eine Lebensmittelabgabe und im November 2019 wurden erste Be-

züger:innen begrüsst. Zu Beginn waren es noch wenige, die das Angebot in Anspruch nahmen. Nach einiger Zeit gesellten sich immer mehr Menschen dazu. Heute geht die Organisation davon aus, dass fast 300 Personen mit den abgegebenen Lebensmitteln versorgt werden. Mittlerweile ist auch die Gemeinde begeistert vom Projekt und unterstützt die Organisation nach ihren Möglichkeiten. Einen grossen Teil der Lebensmittel liefert die Schweizer Tafel, weitere Spender sind lokale Unternehmen wie Landwirtschaftsbetriebe und Bäckereien. Jeden Freitag dürfen die Bezüger:innen Lebensmittel abholen. Eine erste Abgabe um 13.30 Uhr ist für sozial benachteiligte Personen und Familien, eine zweite Abgabe um 16.00 Uhr wurde speziell für die Flüchtlinge aus der Ukraine eingerichtet. Es sind rund 16 freiwillige Helfer:innen, die dieses Projekt erst möglich machen. Gerd schätzt sein Team sehr, denn gerade als die Nachfrage durch die Flüchtlinge aus der Ukraine rasant zugenommen hatte, kamen keine Beschwerden, dass eine zweite Lebensmittelabgabe zur Notwendigkeit wurde. Die Zeit, die die Helfer:innen der Gemeinde und den Mitmenschen schenken, hat sich daraufhin verdoppelt. «Ich bin pensioniert und habe nach einer sinnstiftenden Arbeit gesucht, die mir Struktur gibt. Gerd hat mich angesprochen, ob ich gerne bei der Sortierung und Abgabe der Lebensmittel unterstützen möchte. Mit dem Foodsave-Gedanken konnte ich mich sofort identifizieren», teilt Elisabeth, eine der Freiwilligen, mit.

Auch Dilgo, der zurzeit ein Praktikum absolviert, meint: «Für mich sind dies die ersten Erfahrungen im Bereich Lebensmittelhilfe für Bedürftige. Ich bin erstaunt, wie verschieden unsere Besucher:innen sind, jede Person hat ihren eigenen Hintergrund, ihre eigene Geschichte.»

Hanna, ebenfalls eine der freiwilligen Helferinnen, ist seit dem Start des Projekts mit dabei. Sie organisiert gemeinsam mit Edith, einer weiteren Freiwilligen, die Sammeltouren in Sissach, kümmert sich um den Auf- und Abbau der Abgabe sowie die Entsorgung des anfallenden Verpackungsmaterials.



## Amir

**«Meine Füße schmerzen, die Sohlen meiner Schuhe sind abgelaufen. Mein Blick ist fest nach vorne gerichtet. Ich gehe immer weiter, denn hinter mir liegen eingefallene Häuser und Trauer. Eine Angst, die ich am ganzen Körper spüre, begleitet mich. Ich frage mich, wann ich wieder aufatmen darf, und halte mich an der Hoffnung fest, dass es woanders besser ist.» Diese Gedanken gingen Amir vor sechs Jahren durch den Kopf, als er mit seiner Familie die Flucht vor dem Krieg in Afghanistan antrat.**

Wir treffen Amir bei der Sissacher Tafel an. Er ist Teil des ehrenamtlichen Teams und hilft, wo er kann. Insbesondere beim Tragen von schweren Sachen sind ihm die älteren Teamkolleginnen und Teamkollegen dankbar. Wir setzen uns mit Amir in die Sofaecke. Er beginnt zögerlich zu sprechen: «Ich kann euch nicht alles erzählen, die Erinnerungen sind noch zu frisch und aufkommende Gefühle würden mich wieder unendlich traurig stimmen.» Der 21-jährige Mann überlegt, wo er anfangen soll: «Als ich 15 Jahre alt war, entschied meine Mutter, mit mir und meinen zwei jüngeren Geschwistern Afghanistan zu verlassen. Die Tatsache, dass unser Vater durch die Taliban umkam, schockierte uns immer noch. Unser Heimatland war durchzogen von Kriegsgefechten, die Bevölkerung lebte in ständiger Angst und täglich verloren wir Menschen, die wir kannten und liebten. Meine Mutter, die mit drei Kindern auf sich allein gestellt war, packte das Nötigste zusammen. Es durfte nicht viel sein, denn die erste Etappe traten wir zu Fuss an. So begann unsere Flucht. Zu Fuss liefen wir in Richtung Iran. Unterwegs hatten wir Glück und konnten einen Teil der Reise in einem Auto mitfahren. Im Iran angekommen, wurde ich vom Rest meiner Familie getrennt. Ich erfuhr dann, dass meine Mutter und meine Geschwister kein Asyl erhielten und nach Hause zurückgeschickt wurden. Bei einem Telefonat mit meiner Mutter beschlossen wir gemeinsam, dass ich weitergehen sollte. Vom Iran aus ging es für mich weiter in die Türkei, dann nach Griechenland. Dort hörte ich, dass Albanien

Flüchtlinge aufnimmt; doch in Albanien angekommen, realisierte ich, dass dies eine Sackgasse war. Ich kehrte um, nach Griechenland zurück, nahm ein Schiff nach Italien und dann kam ich in der Schweiz an. Nach drei Jahren Flucht, mit 18 Jahren.» Amir räuspert sich und fährt fort: «Hier durfte ich endlich aufatmen und fühlte mich seit Langem wieder sicher. Meine Flucht hat an meinen Kräften gezehrt, ich war einfach nur froh, angekommen zu sein.»

Amir ist heute 21 Jahre alt und gibt seit seiner Ankunft in der Schweiz sein Bestes, um sich eine neue Heimat aufzubauen. Er hörte durch neue Bekanntschaften von der Sissacher Tafel und stand schon bald in der Reihe für Lebensmittelhilfe. Aufmerksam wie er war, sah er, dass das Tafel-Team ein paar helfende Hände mehr gebrauchen könnte. Er bot seine Unterstützung an und packt seither jeden Freitag beim Bereitlegen der Tische, Sortieren der Lebensmittel und beim anschließenden Aufräumen mit an. Amir ist dankbar, dass er eine Chance auf ein Leben in Sicherheit bekommen hat. Mit seinem Engagement bei der Lebensmittelabgabe möchte er etwas zurückgeben und seine Dankbarkeit zum Ausdruck bringen. Die Verantwortliche vor Ort sagt: «Amir ist eine unglaubliche Entlastung für uns. Er sieht schnell, was noch getan werden muss, und ist ein selbstständiger junger Mann. Schön, dass er Teil des Teams ist.»

Amir schätzt den sozialen Kontakt bei der Sissacher Tafel sehr. Bei seiner Ankunft kannte er niemanden, er hatte weder Familie noch Bekannte in der Schweiz. Ihm war auch bewusst, dass er rasch Deutsch lernen sollte, damit er eine Ausbildung machen kann. «Mein Deutsch reicht für eine Lehre aus, jedoch fehlt es mir noch an Grundlagenwissen in Mathematik. In Afghanistan konnte ich keine richtige Schule besuchen. Ich werde dieses Jahr also noch nutzen, um meine Defizite aufzuholen, und hoffe, dass ich dann im Jahr 2024 eine Lehre beginnen kann. Mein Wunsch für die Zukunft ist, dass ich einen Lehrabschluss habe, eine Arbeit finde und so ein besseres Leben führen kann.»



## Stiftung Töpferhaus, Aarau

**Ein Gestaltungsraum für Menschen, dies beschreibt die Stiftung Töpferhaus sehr gut. Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung werden von Mitarbeitenden in ihrer persönlichen Lebensgestaltung unterstützt, damit sie mit einer gesunden Selbstständigkeit wieder mitten im Leben stehen können. Psychische Erkrankungen können jeden treffen, beispielsweise in Form einer Depression, Neurose, Suchterkrankung, einem Trauma oder einer Essstörung.**

Seit 1981 öffnet das Töpferhaus Aarau seine Türen für Menschen, die wieder Halt im Leben suchen. Daniel Aeberhard, seit 14 Jahren Geschäftsleiter, empfängt uns an einem Montagvormittag am Standort in Aarau. Er erzählt: «In den letzten Jahren ist der Bedarf an Betreuung von psychisch Beeinträchtigten stark gestiegen. Durch die Corona-Pandemie hat sich die Situation verschärft. Entsprechend sind wir bestrebt, unser Angebot stetig auszubauen. Nebst dem betreuten Wohnen, verschiedenen Arbeitsbereichen und Ateliers bieten wir auch Job Coachings an. Von der Gründung der Stiftung bis heute haben sich unsere Möglichkeiten fast verdreifacht. Es gibt einen zweiten Standort in Aarau, einen in Lenzburg und seit Kurzem einen weiteren in Suhr. Jedes Haus hat sein Spezialgebiet.» Daniel Aeberhard führt uns durch die Eingangshalle. Hier dürfen wir die leckeren Hausprodukte bestaunen. «Wir pflegen verschiedene Partnerschaften, wodurch hochwertige Produktlinien entstanden sind. Einen Grossteil können wir im Detailhandel verkaufen: Backwaren, Pralinen, Foodsave-Pasta wie auch verschiedene Geschenkideen. Die hauseigene Pasta di Pane ist ein Foodsave-Produkt, welches aus hartem Brot hergestellt wird. Eine Innovation, die lecker schmeckt und der Lebensmittelverschwendung entgegenwirkt. Ganz im Sinne der Schweizer Tafel!», meint Daniel mit einem Augenzwinkern.

Bei Klientinnen und Klienten wird eine gesunde Selbstverantwortung gefördert, während die Mitarbeitenden zur Eigeninitiative ermutigt werden. Daniels Geheimnis: «Ich sehe alles als

Chance, die Herausforderungen sowie die Erfolge. Jedes neue Erlebnis ist eine Chance, etwas dazuzulernen und besser zu machen. Wir sind eine Institution für Menschen, das heisst, die Leute können mitreden und mitgestalten.»

Wir besuchen die Arbeitsbereiche und Ateliers. Die Stiftung erhält Aufträge wie das Falten von Verpackungen für Uhren oder Schokolade. Repetitive, strukturierte Arbeiten mögen die Klientinnen und Klienten am liebsten. Der Gruppenleiter berichtet: «Ein cooler Auftrag, den wir gerade erhalten haben, ist das Etikettieren einer Gin-Flasche. Ein lokaler Produzent, der dafür keine Zeit mehr findet, hat sich an uns gewendet. Es ist schön, dass auch junge Unternehmen an unsere Stiftung denken und unsere Arbeit schätzen.»

Das Töpferhaus Aarau verfügt über vier Wohngemeinschaften à je vier bis sechs Personen. Das Durchschnittsalter der Bewohner:innen liegt zwischen 25 und 30 Jahren. Die Dauer des Aufenthalts variiert stark. Ziel ist es, die Selbstständigkeit der Bewohner:innen zu fördern und ihnen zu helfen, eigenständig leben zu können. Einige Bewohner:innen bleiben ein knappes halbes Jahr, andere länger.

Gerade als wir zurück in der Eingangshalle sind, fährt der Lieferwagen der Schweizer Tafel vor und es werden Kisten, gefüllt mit Gemüse und Obst, ausgeladen und gemeinsam in die Küche getragen. Wir schauen Bilana, Manuel und René beim Sortieren der Kisten zu. Ein Teil der Ware wird für den Standort in Suhr vorbereitet. Bilana lächelt: «Ich bin fast neun Jahre dabei und bin immer noch zufrieden mit der Arbeit und dem Umgang hier im Töpferhaus.» René schnippelt Salate und Manuel Gemüse für den nächsten Tag. Manuel schätzt es, dass hier situativ auf die individuellen Bedürfnisse eingegangen wird.

Als wir Andreas, Teamleiter Arbeit, fragen, ob er sich an eine besonders schöne Geschichte erinnert, die er im Töpferhaus erleben durfte, erzählt er: «Da können wir gleich über die Schweizer Tafel reden. Die Leute freuen sich so sehr, wenn sie etwas Süsses bekommen: Süssgetränke oder Schokolade ... besonders an Ostern gibt es viel davon. Da strahlen alle vor Freude!»



## René

**Es ist Montag, 7.30 Uhr und René sitzt in der Produktionswerkstatt des Töpferhaus Aarau. Er ist dabei, die Sandwiches für den heutigen Tag zu streichen. Danach widmet er sich dem Abfüllen von Gewürzsäcken, dem Rüsten von Gemüse und was sonst noch in der Küche ansteht. Er macht seine Arbeit gerne und hat stets ein Lächeln im Gesicht. «Ich mag es, Menschen in meiner Nähe zu haben. Ich bin ein geselliger Typ», meint René. Um 12.00 Uhr fährt die Schweizer Tafel mit ihrem Lieferwagen vor. René packt mit an und bringt die Lebensmittel nach drinnen. Nach dem Mittagessen sortieren er und eine Arbeitskollegin die erhaltene Ware. Salat und Gemüse wird sogleich für den nächsten Tag vorbereitet.**

Seit rund sechs Jahren arbeitet und wohnt René in der Anlage der Stiftung. Er erinnert sich: «Als ich mich vor fast sechs Jahren für einen Platz beworben habe, hatte ich den tiefsten Punkt meines Lebens bereits überwunden. Ich hatte nach einer zehnjährigen Anstellung meinen Job als Logistiker verloren und danach keine Stelle mehr gefunden. Meine Wohnung musste ich wegen ausbleibendem Lohn aufgeben. Zum Glück durfte ich eine Zeit lang bei meinen Eltern unterkommen. Mit fast 50 zurück zu den Eltern zu ziehen, das war hart. Mich hat die Situation sehr belastet. Was sollte ich mit meinem Leben noch anfangen? Leider geriet ich dann in ein Umfeld, das mich weiter herunterzog, ich traf die falschen Freunde und rutschte in den Alkohol ab. Damals ging es mir sehr schlecht. In einem guten Moment beschloss ich, dass es so nicht weitergehen konnte. Das war nicht einfach. In jener Zeit verstarb auch mein Vater und meine Mutter musste bald ins Altersheim. Wo sollte ich dann hin?»

René hatte unterdessen einen Beistand erhalten. Er setzte sich zum Ziel, vom Alkohol loszukommen. Das schaffte er ohne weitere auswärtige Unterstützung. Als es ihm gesundheitlich besser ging, nahm er die nächste Etappe in Angriff.

«Per Zufall hörte ich von einer Organisation mit dem Namen Töpferhaus Aarau. Die Stiftung würde Arbeit und Wohnraum anbieten für Menschen wie mich, die ohne Perspektive sind. Ich war schon etwas nervös, als ich mich an der Bachstrasse 117 in Aarau vorstellen durfte. Als sie mir dann die Zusage gaben, dass ich in eine der WGs einziehen durfte, fiel mir eine grosse Last von den Schultern. In den ersten Monaten teilte ich eine Wohnung mit einem Jugendlichen. Das war in Ordnung für mich. Später wurde ein Studio frei, so hatte ich wieder eine eigene Wohnung. Zudem erhalte ich eine auf mich zugeschnittene Betreuung», erklärt René.

Mit einem Grinsen fährt er fort: «Ich arbeite nun 60% in der Produktionswerkstatt der Küche. Das Team ist mit mir zufrieden. Die gelebte Du-Kultur, also der persönliche Umgang auf Augenhöhe, stärkt auch mein Selbstbewusstsein. Ich hoffe, dass ich noch bis zur Pensionierung bleiben darf. Mit meinen 61 Jahren hätte ich auf dem Arbeitsmarkt auch kaum noch Chancen. Jeder im Team hat seine eigene Vorgeschichte. Wir ermutigen einander und wissen, dass wir nicht allein sind», meint er.

René betont, dass er Glück hatte, in kurzer Zeit vom Alkohol loszukommen. Er steckte noch nicht zu lange im Dilemma drin. Jedoch gibt es andere, die weniger Glück haben und schon zu lange unter einer Alkoholkrankung leiden. Er wünscht sich, dass jene Personen den Mut finden, um Hilfe zu fragen. Der Alkoholmissbrauch findet oft im Verborgenen statt und Betroffene schämen sich für ihre Abhängigkeit. Sich Hilfe zu holen und sich auch helfen zu lassen, bedarf einer enormen Überwindung. Laut dem Bundesamt für Statistik sind schätzungsweise 250 000 bis 300 000 Personen in der Schweiz alkoholabhängig. Viele der betroffenen Personen sind zusätzlich auf Lebensmittelhilfe angewiesen. Die Stiftung Schweizer Tafel beliefert viele Lebensmittelabgabestellen, die für Suchterkrankte eine beständige Stütze im Leben bieten.

# Warum engagierst du dich



« Als Pensionierter schätze ich die Möglichkeit, mich bei der Schweizer Tafel als freiwilliger Fahrer oder Mitfahrer zu engagieren. Einmal finde ich das Anliegen der Schweizer Tafel, Lebensmittel nicht wegzuerwerfen, sondern an Bedürftige zu verteilen, sehr sinnvoll. Zudem ergeben sich bei den Einsätzen immer wieder interessante und anregende Kontakte. Die Kombination dieser beiden Punkte ist für mich ideal. Deshalb engagiere ich mich gerne bei der Schweizer Tafel und hoffe, dies noch möglichst lange tun zu können. » Christoph Rothenbühler, Region Mittelland



« Nach meiner Pensionierung suchte ich in der Freiwilligenarbeit nach einer sinnvollen Tätigkeit. Dabei stiess ich auf die Schweizer Tafel. Der Claim «Essen verteilen – Armut lindern» hat mich sofort angesprochen. Sich ehrenamtlich gegen Foodwaste und für Menschen in schwierigen Lebenssituationen zu engagieren, finde ich sehr befriedigend. An meiner Tätigkeit schätze ich besonders den persönlichen Kontakt mit den unterschiedlichsten Institutionen und Abgabestellen. Aber auch die Begegnungen mit den wechselnden, unterschiedlichen Zivildienstleistenden sind stets eine Bereicherung. Ich erlebe immer wieder Neues und bin nach meinen Einsätzen jeweils müde, aber zufrieden! » Christoph Moser, Region Mittelland



« No waste + Armutbekämpfung entspricht genau meinen Werten. Hier bei der Schweizer Tafel kann ich diese mit ganzem Herzen umsetzen. » Alfredo Bütikofer, Region Zürich/Aargau



« Ich denke, es ist sehr wichtig, dass wir die Verschwendung von Lebensmitteln reduzieren und diese einwandfreien Produkte an Menschen verteilen, die sich in einer Notlage befinden. » Lucien Peuret, Region Romandie



« Nach meiner Frühpensionierung suchte ich nach einer ehrenamtlichen Tätigkeit. Mit meiner Arbeit bei der Schweizer Tafel kann ich der Gemeinschaft etwas von dem zurückgeben, was sie mir gegeben hat. Wir sind derzeit ein gutes Team mit einer sehr motivierenden Chefin. Es ist ein echtes Vergnügen, für diese Organisation arbeiten zu können. » Renaud Winiger, Region Ostschweiz

# für die Schweizer Tafel?

« Weil es bitter nötig ist! Einerseits gegen die Lebensmittelverschwendung zu kämpfen und andererseits Menschen zu helfen, die auf der Schattenseite der Gesellschaft stehen. Ich habe mir gesagt, als Pensionierter habe ich ein Einkommen und es geht mir gut. Wieso soll ich nicht etwas der Gesellschaft zurückgeben? Mit meinem freiwilligen Engagement bei der Schweizer Tafel kann ich zweimal Gutes tun! »

Markus Kuhn, Region Nordwestschweiz



« Ein Hauptgrund ist sicher, dass ich eine andere Arbeitswelt kennenlernen wollte. Zudem wollte ich der Gesellschaft etwas zurückgeben, und das in einem für mich sinnvollen Projekt. Ferner überzeugte mich auch die sympathische Leitung und, wie sagt man so schön – Gutes tun tut gut. »

Ursula Schneider, Region Ostschweiz



« Ich möchte als freiwilliger Helfer für die Schweizer Tafel einen wertvollen Beitrag zur Gesellschaft leisten. Mein Engagement geht über materielle Unterstützung hinaus, denn ich möchte auch ein Vorbild sein und andere dazu inspirieren, sich ebenfalls für das Wohl anderer einzusetzen. Durch meine Mitarbeit bei der Schweizer Tafel kann ich meine Werte von Gemeinschaft, Solidarität und Mitgefühl in die Tat umsetzen und so zu einer positiven Veränderung beitragen. »

Robert Brand, Region Zentralschweiz



« Die Schweizer Tafel unterstützt täglich so viele Menschen, die von Armut betroffen sind. Es ist schön, meinen Teil zu dieser Unterstützung beizutragen. »

Ismail Gara, Region Zürich/Aargau

« Mein Antrieb ist die Möglichkeit, direkt in meinem lokalen Umfeld einen positiven Beitrag zu leisten und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Ein weiterer Grund für mein freiwilliges Engagement ist der Wunsch, bedürftigen Mitgliedern unserer Gesellschaft alles zur Verfügung zu stellen, was sie zum Leben benötigen. Durch meine Mithilfe bei der Schweizer Tafel kann ich dazu beitragen, dass armutsbetroffene Menschen die Unterstützung erhalten, die sie dringend benötigen. Zusätzlich suche ich die Möglichkeit, mich in der Region Luzern mit anderen zu vernetzen, die ebenfalls ihre Zeit und Energie anderen Menschen widmen möchten. »

Georg Wieser, Region Zentralschweiz



# Erfahrungsberichte

## Philipp Schreier, Region Zürich/Aargau



Philipp Schreier ist seit April 2022 Leiter der Region Zürich/Aargau. Als die Corona-Pandemie seine Welt der Gastronomie ins Wanken brachte, entschied er sich, die «Auszeit» zu nutzen, und meldete sich für einen Auslandseinsatz in Bosnien-Herzegowina. Diese Zeit war der Anstoss für sein heutiges Engagement bei der Stiftung Schweizer Tafel.

«Seit ich im April 2022 die Leitung der Region Zürich/Aargau übernommen habe, hat sich mein Blickwinkel auf die Themen Foodwaste und Armut verändert. Es ist mir wichtig, mein gewonnenes Wissen weiterzugeben und die Bevölkerung zu sensibilisieren. Armut darf kein Tabuthema sein. Es sind 8,7% der Bevölkerung von Armut betroffen. Dass die Auffangmechanismen nicht für alle greifen, war mir zwar bewusst, doch wie viele Menschen auf Unterstützung angewiesen sind, hat auch mich überrascht. In der Schweiz gibt es Menschen, die zu wenig Essen haben und auf Lebensmittelhilfe angewiesen sind. Hier springen privat oder halbprivat organisierte Institutionen ein, die durch Spenden und freiwilliges Engagement getragen werden. Zu meinen Highlights bei der Schweizer Tafel gehören daher verschiedene Referate, die ich halten durfte, beispielsweise bei der Konsumententagung «Zu verbrauchen bis ... zum letzten Biss!» des Migros-Genossenschafts-Bunds. Ich werde mich weiterhin für die Sensibilisierung der Bevölkerung in den Themen Lebensmittelrettung und Armutsbekämpfung engagieren.»

## Silja Tatic, Region Ostschweiz



Silja Tatic arbeitete viele Jahre im Bereich Arbeitsintegration. Sie half täglich Menschen, die mit psychischen Krankheiten zu kämpfen hatten, im Leben neu Fuss zu fassen. «Nach fast zehn Jahren strebte ich einen Berufswechsel an. Im Jahr 2018 stiess ich auf ein Inserat der Stiftung Schweizer Tafel, die eine neue Leitung der Region Ostschweiz suchte. Es war meine erste Bewerbung und es hat gleich geklappt. Zu Beginn war die Stiftung wie eine neue Welt für mich. Die Arbeit als Leiterin der Region ver-

band Logistik, Lebensmittel, Führung und soziale Arbeit mit dem Menschen im Zentrum. In den fünf Jahren, die ich bei der Stiftung arbeite, hat sich so einiges verändert. Es ist schön mitzuerleben, wie die Organisation wächst und sich weiterentwickelt, damit der Spendenfranken gezielt eingesetzt wird. Das heisst, wir wollen immer mehr Lebensmittel retten mit verhältnismässig weniger Ressourcen. Wir sind uns des Vertrauens, das uns die Spender:innen schenken, bewusst und wollen die Mittel sinnvoll einsetzen. Des Weiteren ist es toll, wie Foodwaste heute intensiver thematisiert wird, und auch das Tabuthema Armut erhält in der Schweiz langsam mehr Gehör. Fast wöchentlich tauchen weitere Organisationen auf, die sich in jenen Bereichen engagieren wollen. Ich persönlich denke, dass mit Zusammenarbeit mehr erreicht werden kann, als wenn sich Organisationen gegenseitig konkurrenzieren. Ich wünsche mir, dass die Schweizer Tafel als kompetente Partnerin in der Bekämpfung von Foodwaste und Armut wahrgenommen wird und wir stetig neue Partnerschaften knüpfen können. So erreichen wir gemeinsam mehr Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind.»

# unserer Regionenleitungen

## Baptiste Marmier, Region Romandie



«Bevor ich im Jahr 2009 zur Schweizer Tafel kam, war ich in humanitären NGOs tätig. Ich durfte bei den verschiedensten Projekten mitwirken. Nach einiger Zeit sah ich mich nach einer kleineren NGO um, die transparent agierte und sich in der Schweiz engagierte. So stiess ich auf die Stiftung für Menschen in Not. Diese wuchs gerade und hatte mittlerweile in der ganzen

Schweiz Regionen, so auch in der Waadt. Eine meiner ersten Aufgaben, nebst der Leitung der Region Waadt, war es, die bisher eher selbstständigen und lokal verankerten Regionen zu einer nationalen Zusammenarbeit zu bewegen. Parallel wurde die Identität der Stiftung neu überdacht. Stiftung Hoffnung für Menschen in Not stand zwar als Name noch im Handelsregister, doch sollte die Organisation zukünftig nach aussen mit dem neuen Namen Stiftung Schweizer Tafel auftreten. Dies war ein Meilenstein für die Stiftung. Während meiner Zeit bei der Schweizer Tafel habe ich viel erlebt. Ich begann, als sie noch ein neues Projekt war, wir hatten tausende Ideen. Es wurden Analysen durchgeführt, kritisch hinterfragt, wo die Organisation stand und wo sie hinwollte. Wie in jedem Business durchlief aber auch unsere Stiftung Krisenzeiten. Heute sind wir wieder an einem Punkt angelangt, an dem wir über eine solide Basis verfügen. Das Team ist topmotiviert und es mangelt auch nicht an kreativen Ideen. Ich bin zuversichtlich, dass das Potenzial der Stiftung in den nächsten Jahren ausgeschöpft wird.»

## James Henzi, Region Mittelland



«Ich bin seit April 2022 Leiter der Region Mittelland, die ihren Standort bis vor Kurzem noch in Flamatt (FR) hatte. Der Start bei der Stiftung war eindrücklich. Als ich die Region übernahm, ging es Schlag auf Schlag. Der Grand Prix Bern stand kurz bevor und ich übernahm die Eventleitung. Danach folgte der Tag der guten Tat und schon bald starteten die ersten Vorbereitungen für den Suppentag. Nebst all diesen Events sah ich mich mit der Herausforderung konfrontiert, einen neuen Standort für die

Region Mittelland zu suchen. Der Mietvertrag in Flamatt war bis Ende März 2023 befristet.

Die Suche nach einem neuen Standort war definitiv nicht einfach. Wir benötigten eine Lagerfläche, mit genügend Platz für das Sortieren der Ware, eine Fläche für die Kühlzelle, einen Warenlift, Platz für die Warenannahme und das Befüllen der Fahrzeuge und natürlich auch ein paar Büroarbeitsplätze. Dazu sollte der Standort möglichst zentral in der Region Mittelland liegen. Mit der Fläche in Kehrsatz, an der Belpstasse 24, haben wir schliesslich einen passenden Standort gefunden. Für alle Partner war es möglich, die Waren zukünftig nach Kehrsatz zu liefern, auch wenn es für einige von ihnen einen Mehraufwand bedeutete. Durch dieses Entgegenkommen konnte die Region Mittelland ihre Lebensmitteltouren für die sozialen Institutionen besser gestalten und weitere Abnehmer mit einbeziehen. Heute dürfen wir in einem gefüllten Lager mit neuer Kühlzelle stehen. Der Weg dahin war hektisch und anspruchsvoll. Doch unser Team freut sich sehr. Von hier aus ergeben sich neue Möglichkeiten, Bedürftige in der Region mit Lebensmitteln zu unterstützen.»



**Michele Hostettler, Region Nordwestschweiz**



Michele Hostettler ist seit November 2018 Leiter der Region Nordwestschweiz. Als ehemaliger Landwirt und aufgrund seiner Tätigkeit im Vertrieb und Umweltschutz lag ihm das Thema Foodsave schon immer am Herzen. «Mit dem Job bei der Stiftung Schweizer Tafel hat sich der Kreis der Lebensmittelkette geschlossen. Ich habe

als Landwirt miterlebt, wie Gemüse auf dem Feld wächst, geerntet und an den Detailhandel verteilt wird. Schon damals gab es strenge Anforderungen an Form, Grösse und Gewicht. Gemüse, das es in den Verkauf schaffte, musste noch eine zweite strenge Prüfung bestehen. Es musste den strengen Augen der Kundschaft standhalten. Erst wenn die Optik überzeugt, landet das Gemüse im Einkaufskorb und schliesslich in der Küche der Konsumentinnen und Konsumenten. Gemüse, das durchfällt, wird durch die Mitarbeitenden des Detailhandels wieder aussortiert. Bei meinen ersten Sammeltouren mit der Schweizer Tafel schluckte ich ein paar Mal leer. Die Menge an Lebensmitteln, die wir abholen durften, war immens. Und anscheinend nur ein Bruchteil von dem, was alles in der Biogasanlage landet. Ich denke, heute sind wir auf einem guten Weg. Dank Partnerschaften mit grossen Detailhändlern können wir dem Foodwaste entgegenwirken und die geretteten Lebensmittel sinnvoll weiterverteilen.»

**Maik Deutschmann, Region Zentralschweiz**



Maik Deutschmann ist seit Oktober 2021 Leiter der Region Zentralschweiz. Als gelernter Hotelkaufmann und Betriebswirtschaftlicher HF ist ihm das Thema Foodsave wichtig. Auch ein weiteres seiner Anliegen prägt die Stiftung: Maik gibt Vollgas in Sachen emissionsfreie Fahrzeuge. «Seit über 20 Jahren sorgt die Stiftung Schweizer Tafel dafür, dass verzehrfähige Lebensmittel nicht vernichtet, sondern bedürftigen Menschen gegeben

werden. In dieser Zeit hat sich die Welt der Mobilität geändert und sie wird sich auch in den nächsten Jahren noch stark wandeln. Im Juni 2022 wurde der Stiftung Schweizer Tafel das zweite elektrisch angetriebene Fahrzeug übergeben. Dieses sorgt künftig in der Region Zentralschweiz für emissionsfreie Mobilität. Mit dem vollelektrischen Toyota Proace City EV wird ein wichtiger Weg zum Klimaschutz besritten, zudem ist ein Elektrofahrzeug auch wirtschaftlich sinnvoll. Die Stiftung Schweizer Tafel unterstreicht damit, dass ihr der Klimaschutz ebenso wichtig ist wie die Linderung der Armut und die Reduzierung von Foodwaste. Wir sind sehr stolz, in unserer Stiftung den Weg des emissionsfreien Fahrens einzuschlagen. Der Transporter steht uns für Auslieferungen von ungekühlten Lebensmitteln zur Verfügung, ebenso für Besuche von Lebensmittelspendern sowie Institutionen, welche sich um armutsbetroffene Mitmenschen kümmern.»

# Neue Spendenprojekte

## Privatpersonen Geschenkspenden

Tun Sie **vierfach** Gutes und schenken Sie doppelt Freude! Mit unseren Geschenkspenden bereiten Sie Ihren Liebsten, Bekannten, Freund:innen oder Arbeitskolleg:innen eine Freude und engagieren sich gegen die Verschwendung von Lebensmitteln. Weiter schützen Sie die Umwelt und helfen uns, die Armut in der Schweiz zu lindern. Ob als Hochzeits- oder Geburtstagsgeschenk, zum Jubiläum oder einfach so: Unterstützen Sie uns und damit zahlreiche Armutsbetroffene mit einer Spende und überreichen Sie den Beschenkten eine persönliche Geschenkkurkunde.

Geschenkspenden können einfach online via Spendenformular erfolgen. Nach Eingang Ihrer Spende erhalten Sie von uns per **Mail** eine persönliche Geschenkkurkunde mit dem Namen des/der Beschenkten zum Ausdrucken. **Ab einer Spende von 200 Franken** stellen wir Ihnen innert fünf Arbeitstagen die Geschenkkurkunde **auf hochwertigem Papier per Post** zu.

Weitere Informationen unter: [www.schweizertafel.ch/geschenkspende](http://www.schweizertafel.ch/geschenkspende)

## Firmen und Stiftungen Patenschaften

Es ist beeindruckend, wie Menschen in schwierigen Situationen die Hoffnung nicht verlieren und dankbar für jede Form der Unterstützung sind. **500 soziale Einrichtungen**, die von der Schweizer Tafel gratis mit geretteten Lebensmitteln beliefert werden, kümmern sich um diese Menschen am Rand der Gesellschaft. **Die Partnerschaft mit der Schweizer Tafel ist für die sozialen Institutionen immens wichtig**; viele könnten ihre Arbeit für Armutsbetroffene ohne unsere Lebensmittelspenden nicht gewährleisten.

Die Lebensmittellieferungen sind für unsere Abnehmer kostenlos. Gleichzeitig ist die Finanzierung unserer Arbeit mit grossen Herausforderungen verbunden. Für die Logistik rund um das Sammeln und Verteilen der Lebensmittelspenden entstehen hohe Auslagen. Dazu zählen Miete, Unterhalt, Erneuerung und Energie für Büro- und Lagerräume, IT für Logistik und Betriebssysteme und Betriebskosten der Kühlfahrzeuge.

Als Pate oder Patin übernehmen Sie die Kosten für die Belieferung einer ausgewählten Institution oder Lebensmittelabgabestelle. Ihr Beitrag deckt symbolisch die jährlichen Kosten für die Belieferung Ihrer Patenorganisation. Eine Teilpatenschaft ist ebenfalls möglich.

Weitere Informationen unter: [www.schweizertafel.ch/patenschaften](http://www.schweizertafel.ch/patenschaften)

**Schweizer Tafel**  
Essen verteilen – Armut lindern



# Kunterbunte Beispiele von engagierten Partnern, innovativen Ideen und viel Herzblut

## «Food for Good»

Innovative Partnerschaft mit Chair Airlines

Das Verhindern von Foodwaste ist bei Chair Airlines ein grosses Thema. Bereits mit dem Entscheid, kulinarische Delikatessen wie «Züri Geschnetzeltes», «Äpler Makkaroni» und weitere Spezialitäten nur auf Vorbestellung zu servieren, konnte die Schweizer Fluggesellschaft den Foodwaste markant minimieren. Seit Ende Juli 2023 geht Chair Airlines noch einen Schritt weiter und bietet ihren Fluggästen die täglich frisch zubereiteten Snacks (Sandwiches usw.) auf dem letzten Flug zum Einheitspreis von 5 Franken an. Die Einnahmen werden vollumfänglich der Schweizer Tafel gespendet. Die Partnerschaft ist für alle Beteiligten ein Gewinn: «Der Fluggast erhält frisch zubereitete Delikatessen zu einem attraktiven Preis, wir als Airline müssen die Lebensmittel nicht wegwerfen und unterstützen damit Bedürftige, welche auf diese Angebote angewiesen sind», erklärt Sphend Ibrahim, CEO von Chair Airlines. Wir bedanken uns für das Engagement und freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit!



## Outlet Basel Bell Schweiz AG

«Metzgerwurst» für den guten Zweck

Das Outlet in Basel von Bell Schweiz AG spendet regelmässig nicht verkaufte Fleischprodukte, die immer noch einwandfrei geniessbar sind, der Stiftung Schweizer Tafel. So dürfen sich viele finanziell schwächere Haushalte im Raum Basel über die Ergänzung auf dem Speiseplan freuen. Übrigens: Wenn die Fleischprodukte am Tag des Verbrauchsdatums eingefroren werden, können sie noch 90 Tage verwendet werden.

Jetzt geht das Outlet in der Partnerschaft mit der Schweizer Tafel sogar noch einen Schritt weiter: Im Rahmen einer Spendenaktion wurde eine «Metzgerwurst» ins Sortiment aufgenommen. Für

jede verkaufte Wurst geht 1 Franken an die Schweizer Tafel, womit die Stiftung rund 5 Mahlzeiten aus geretteten Lebensmitteln an armutsbetroffene Menschen verteilen kann.



## Mit dem Velo rund um die Schweiz

Spendenaktion

Es sollte eine interessante Tour mit sportlichen Herausforderungen und wunderschöner Landschaft werden. Mitte Juli ging es los. Wie im Leben, so ist Daniel Lüpold auch auf seinen Touren mit leichtem Gepäck unterwegs. Das war auch nötig, denn es standen mindestens 150 Kilometer pro Tag auf dem Programm, damit die geplante Route in der vorgegebenen Zeit absolviert werden konnte. Die Kilometer (und Höhenmeter) hat Daniel Lüpold für einen guten Zweck zurückgelegt. Die Spenderinnen und Spender konnten sich im Vorfeld mit einem Betrag pro Kilometer oder einem pauschalen Beitrag beteiligen und so die Schweizer Tafel unterstützen. Nach exakt 8 Tagen, 1215,32 Kilometern, 48,53 Stunden auf dem Velo und 11 240 Höhenmetern beendete Daniel Lüpold seine Rundreise. Auf seinem Blog gibt es weitere spannende Einblicke zu den jeweiligen Etappen: [www.velodaenu.wordpress.com](http://www.velodaenu.wordpress.com). Wir sind beeindruckt von dieser sportlichen Leistung und überwältigt vom sozialen Engagement und bedanken uns von Herzen für die Spende von insgesamt 3487.15 Franken. Die Schweizer Tafel kann damit rund 7000 Kilogramm Lebensmittel vor der Vernichtung retten und fast 20 000 Mahlzeiten für Armutsbetroffene ermöglichen. Herzlichen Dank!



## Recycling-Brot der Confiserie Beschle

Pilotprojekt in Basel

Laut einer ETH-Studie landen über 40 Kilogramm Brot und Backwaren pro Person und Jahr im Abfall. Die traditionsreiche Basler Confiserie Beschle hat die Initiative ergriffen und leistet neu einen aktiven Beitrag gegen Foodwaste. Mit einem innovativen Verfahren wird aus hartem Brot vom Vortag wieder ein frisches Brot gezaubert. Das überschüssige Brot wird Beschle von der Schweizer Tafel gegen eine Spende geliefert. Für die Schweizer Tafel, die täglich über 4 Tonnen Brot einsammelt, ist das eine Win-win-Situation. Die Menge an Backwaren, die täglich eingesammelt werden, übersteigt die Nachfrage.



## 20 Jahre Region Nordwestschweiz

Glückwunsch zum Jubiläum

Vor 20 Jahren, am 16. Juni 2003, startete die erste Tour der Schweizer Tafel in der Region Nordwestschweiz. Am 15. Juni 2023 luden Michele Hostettler, Leiter der Region Nordwestschweiz, und sein Team zum Jubiläum in die Räumlichkeiten nach Pratteln ein. Auf die Gäste warteten eine kurze Präsentation mit Meilensteinen der letzten Jahre und spannende Einblicke ins Lager der Region. Beim köstlichen Apéro richte aus geretteten Lebensmitteln (kriert und serviert durch das Restaurant du coeur in Basel – herzlichen Dank!) und interessanten Gesprächen wurde auf das Jubiläum angestossen.



## Grand Prix von Bern 2023

Rückblick

Am Samstag, 13. Mai, war die Schweizer Tafel zum zweiten Mal als Charity-Partner beim Grand Prix von Bern dabei. Wir durften auf unsere Mission gegen Foodwaste und zur Armutslinderung aufmerksam machen, interessante Gespräche mit den Läuferinnen und Läufern führen und gesunde Snacks verteilen. Zudem hatten alle Besucher:innen die Möglichkeit, an einem Wettbewerb teilzunehmen und Einkaufsgutscheine der Migros zu gewinnen. Mit der Anmeldung für eine Startnummer hatten die Teilnehmenden zudem die Möglichkeit, für die Schweizer Tafel zu spenden. Auch vor Ort konnte gespendet werden. Wir freuen uns über insgesamt 8430 Franken, die uns helfen, unsere Arbeit zu finanzieren.

Migros zu gewinnen. Mit der Anmeldung für eine Startnummer hatten die Teilnehmenden zudem die Möglichkeit, für die Schweizer Tafel zu spenden. Auch vor Ort konnte gespendet werden. Wir freuen uns über insgesamt 8430 Franken, die uns helfen, unsere Arbeit zu finanzieren.



## «Unterstützt durch Schweizer Tafel»

Buttons und Fensterfolien

«Unterstützt durch Schweizer Tafel», diese Botschaft kommunizieren viele soziale Organisationen, die von der Stiftung Schweizer Tafel kostenlos mit Lebensmitteln beliefert werden, mit Stolz. Die Abnehmer erhielten für eine bessere Sichtbarkeit der Partnerschaft Fensterfolien und Ansteckbuttons. Wir danken allen für die gute Zusammenarbeit.

## Tag der guten Tat 2023

Rückblick

Am 6. Mai fand zum vierten Mal der von Coop lancierte Tag der guten Tat statt. In 18 Coop-Filialen durfte die Schweizer Tafel mit einem Stand präsent sein und lang haltbare Lebensmittel für armutsbetroffene Menschen in der Schweiz sammeln. Die Solidarität der Coop-Kundinnen und -Kunden war erneut sehr gross. Es wurden Teigwaren, Reis, Polenta, Kartoffelstock, Rösti, Saucen, Gewürze, Essig, Öl, Kaffee und noch vieles mehr eingekauft und anschliessend in die Kisten beim Ausgang der Filialen gelegt. Insgesamt wurden 11,8 Tonnen Lebensmittel und auch einige Hygieneartikel gespendet. Mit diesen Lebensmitteln können rund 33 700 Mahlzeiten zubereitet werden. Wir bedanken uns ganz herzlich bei Coop, allen Partnern und den Spenderinnen und Spendern für die guten Taten.



## Neuer Standort für die Region Mittelland

Eröffnungsfeier

Ende April 2023 lud die Region Mittelland zur Eröffnungsfeier am neuen Standort in Kehrsatz ein. Mit dabei waren Partner, freiwillige Helfer:innen, die Co-Präsidentinnen des Gönnervereins Region Bern wie auch Mitarbeitende der Stiftung. James Henzi, Leiter der Region Mittelland, führte die Gäste durch die neuen Lager- und Büroräumlichkeiten. Nach einem spannenden Vortrag über die Stiftung ergriff Carmen Becher, Stv. Leiterin Qualitätsmanagement bei der Genossenschaft Migros Aare, das Wort. Sie betonte die gute Zusammenarbeit mit der Stiftung und überreichte der Region Mittelland ein symbolisches Bild. Anschliessend durften sich alle Teilnehmenden von einem Foodsave-Apéro verwöhnen lassen. Herzlichen Dank an Tabeas Bachstüba für die kreativen Leckereien aus geretteten Lebensmitteln.



Herzlichen Dank an alle Partner:innen und Initiant:innen.

# Tue Gutes und rede darüber!



In der Schweiz ist fast jede 11. Person von Armut betroffen. Armut bedeutet nicht nur, zu wenig Geld für die alltäglichen Dinge zu haben, sondern auch vom gesellschaftlichen Leben ausgeschlossen zu sein. Dies ist belastend und führt oft zu einem Teufelskreis. Wie fühlt es sich an, «arm» zu sein? Eine Mitarbeiterin einer Notschlafstelle hat es einmal treffend beschrieben: «Arm zu sein kostet Unmengen an Energie. Betroffene erzählen, es sei vergleichbar mit einer Grippe: Die nötige Kraft, um den Alltag zu bestreiten, ist oft nicht mehr vorhanden. Die Sorgen sind allgegenwärtig und die Scham ist gross.»

### Wer sind wir?

Der Gönnerverein Schweizer Tafel ist ein wichtiger finanzieller Partner der Stiftung Schweizer Tafel. Alle Gönnerinnen und Gönner arbeiten ehrenamtlich und unentgeltlich. Wir sammeln Geld und helfen mit, dass die Stiftung Schweizer Tafel Armut lindern und noch gute Lebensmittel für unzählige Mahlzeiten retten kann.

Wussten Sie, dass mit geretteten Lebensmitteln der CO<sub>2</sub>-Ausstoss nachhaltig reduziert werden kann? Somit übernehmen wir auch nachhaltig Verantwortung für unsere Umwelt.

### Was machen wir?

Für eine gute Sache Geld zu sammeln sollte doch so einfach sein ... So einfach ist es eben nicht, da verständlicherweise für unzählige Anliegen und Interessen schweizweit gesammelt wird. Da wir als Gönnerinnen und Gönner zu 100% hinter der Stiftung Schweizer Tafel stehen, setzen wir uns dafür ein, dass wir mit kreativen und spannenden Ideen den Spendentopf Jahr für Jahr füllen können. Auch 2022 ist uns das äusserst gut gelungen. Wir durften der Stiftung feierlich **468 000 Franken** überweisen.



Co-Präsidentinnen: Irene Hochuli und Ursula Kurer, Finanzverantwortliche: Franziska Siegrist, Aargau/Solothurn: 33 000 Franken



Präsidentin: Sandra Locher Dickinson  
Basel: 90 000 Franken



Co-Präsidentinnen: Anita Brügger (nicht auf dem Bild) und Edith Moser, Bern: 33 000 Franken



Präsidentin: Sonja Rogger  
Luzern: 54 000 Franken



Präsidentin: Flavia Ludin  
Ostschweiz: 48 000 Franken



Präsidentin: Sandra Keller  
Zürich: 210 000 Franken



# Suppenmonat November 2023 20. SUPPENTAG

Eine Initiative der  
**Schweizer Tafel**



Das 20-jährige Jubiläum des Suppentags feiern wir mit einem ganzen Suppenmonat. Sie haben dadurch die Gelegenheit, an mehreren Daten im November eine feine Suppe zu geniessen und so Ihre Solidarität mit Armutsbetroffenen zum Ausdruck zu bringen.

Alle Informationen, Standorte und Daten finden Sie unter [suppentag.schweizertafel.ch](http://suppentag.schweizertafel.ch).

Übrigens, ein Grossteil der Suppen wird aus geretteten Lebensmitteln zubereitet. Sie können also gleich in mehrfacher Hinsicht Gutes tun.

### Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Weitere Informationen unter: [suppentag.schweizertafel.ch](http://suppentag.schweizertafel.ch)

### Was können wir mit «unserem» Geld bewirken?

Wir unterstützen die Stiftung Schweizer Tafel finanziell, damit diese Warenwerte für Bedürftige generieren kann. Unser Beitrag ermöglicht über 2,6 Millionen Mahlzeiten. Ausserdem können damit rund 936 000 Kilogramm Lebensmittel vor der Vernichtung gerettet werden. Als Botschafterinnen und Botschafter helfen wir mit, die Stiftung noch bekannter zu machen und weitere Spenderinnen und Spender zu gewinnen.

## Gönnerverein Schweizer Tafel

Ostschweiz

Zentralschweiz

Aargau  
Solothurn

Bern

Basel

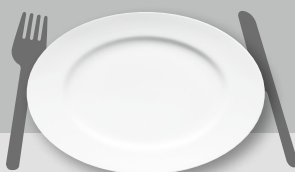
Zürich

Beitrag Gönnerverein im Jahr 2022:  
468 000 Franken für Bedürftige

67 000 Warenkörbe verteilt

2 667 600 Mahlzeiten ermöglicht

936 000 kg Lebensmittel gerettet



1 Spendenfranken erwirkt einen Warenwert von 16.65 Franken

### Seien Sie dabei

Schliessen Sie sich dem Gönnerverein einer Region in Ihrer Nähe an und helfen Sie mit, die Familie des «Gönnerkreises» zu vergrössern.

Der Verein ist in Basel, Bern, Luzern, Zürich, der Ostschweiz sowie im Raum Aargau/Solothurn vertreten. Wählen Sie Ihre Wunschregion aus und kontaktieren Sie uns. Sie finden weitere Details unter: [www.schweizertafel.ch/goennerverein](http://www.schweizertafel.ch/goennerverein)

### Dürfen wir Sie gewinnen?

- für eine Mitgliedschaft, als Gönnerin oder Gönner
- für eine Spende
- für ein Legat
- oder einen Anlass zugunsten der Schweizer Tafel

Sie möchten mehr über uns erfahren?

Nadja Keller, Präsidentin Gönnerverein Schweizer Tafel,  
gibt Ihnen gerne Auskunft.  
[nadja.keller@schweizertafel.ch](mailto:nadja.keller@schweizertafel.ch)

## Das macht die Schweizer Tafel jeden Tag



Unterstützen Sie uns –  
jetzt einfach und schnell spenden

Mit einem Betrag von **50 Franken** können wir Produkte für **285 Mahlzeiten** verteilen. Gleichzeitig **retten wir damit 100 Kilogramm Lebensmittel** vor dem Verfall. Ihre Spende an die Schweizer Tafel ist deshalb eine Investition, die sich lohnt.

**Unser Spendenkonto**  
Stiftung Schweizer Tafel  
Credit Suisse AG  
IBAN CH63 0483 5033 2362 3100 2  
Alle Spenden sind steuerbefreit.

**Vielen Dank für Ihre Treue.**

**Jetzt mit TWINT spenden!**

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



**Schweizer Tafel**  
Essen verteilen – Armut lindern



Stiftung Schweizer Tafel  
Bahnhofplatz 20  
3210 Kerzers  
T 058 255 62 00  
info@schweizertafel.ch  
www.schweizertafel.ch

Folgen Sie uns und unserem Engagement auf  
[www.schweizertafel.ch](http://www.schweizertafel.ch)

