



Organisierte Nachbarschaftshilfe im Oberwallis
Mediathek Wallis-Brig, Schlosstrasse 30, 3900 Brig

Tel. 077 465 79 88
E-Mail ursula.dellberg@nischa.ch



Jahresbericht 2022

zur Generalversammlung vom
23.03.2023

Inhalt

Vorwort des Präsidenten	2
Informationen aus dem Vorstand	3
Einblick in den Alltag der Geschäftsleitung	5
Kennzahlen D’Nischa	7
Auszüge aus der Praxis der Nischa	9
Zufriedenheitsbarometer von Freiwilligen und Nutzer/Innen	13
Weiterbildungen für Freiwillige	16
Anlass 2022 – Generationen kochen zusammen	20
Ausblick 2023	21
Erfolgsrechnung 2021 vs. 2022	22
Bilanz 2022 vs. 2021	23
Antrag Budget für 2023 (5. Geschäftsjahr)	23
Revisorenbericht 2022	24

Vorwort des Präsidenten

Die Jahre 2019 und 2020 waren geprägt von Covid-Massnahmen. Auch 2021 war Covid präsent. So konnte die Generalversammlung nicht wie in den Statuten vorgesehen im ersten Quartal stattfinden. Sie wurde als Präsenz-Generalversammlung unter strengen Covid-Massnahmen im Herbst 2021 durchgeführt. Im Jahr 2022 fand die GV im ersten Quartal am 31. März 2022 statt und 2023 kann nun statutengerecht die Generalversammlung im ersten Quartal am 23. März 2023 in der Fux Campagna in Visp durchgeführt werden.

Im Vereinsjahr 2022 fanden zahlreiche Veranstaltungen statt. So wurde unter der Leitung von Tania Berchtold Dellberg am 11. Juni 2022 im Haus Schönstatt eine Weiterbildung zum Thema «Gewaltfreie Kommunikation» durchgeführt. Diese Fortbildung wurde von den Freiwilligen sehr geschätzt.

Am 25. Juni referierte Ursula Dellberg vor den Freiwilligen der Nachbarschaftshilfe Zürich, Kreis 6 zum Thema «Wie lernst du Grenzen zu setzen und nein zu sagen».

Am 3. September 2022 traf man sich zum Anlass «Generationen kochen zusammen» im Restaurant Baltschiederbach. Nutzer und Freiwillige hatten ein gemeinsames Erlebnis mit Kochen, Essen, Dekorieren und Spielen. Solche Anlässe fördern das Gemeinschaftsgefühl und führt Nutzer und Freiwillige aller Generationen näher zusammen.

Die zentrale Arbeit der Nischa vollbringen die Freiwilligen. Sie unterstützen die Nutzer in Form von Besuchen, Gesprächen, Gesellschaft leisten und vieles mehr. Allen Freiwilligen gehört für ihren Einsatz ein herzliches «Dankeschön».

Ein grosser Dank gehört auch Ursula Dellberg, der Geschäftsleiterin und Vorstandsmitglied der Nischa, die mit Wertschätzung, Einfühlungsvermögen und guter Kommunikation die Freiwilligen und Nutzer betreut und begleitet.

Die Arbeit der Nischa wird auch vom Kanton geschätzt. So erhielt der Verein vom Departement für Gesundheit, Soziales und Kultur am 28.11.2022 für weitere 3 Jahre die Anerkennung als gemeinnütziger Verein.

Die Organisation von Weiterbildungen und Tagungen sowie die Koordination von Freiwilligen und Nutzern ist aufwendig. Dieser Aufwand sollte auch entschädigt werden können. Ein Blick in die Statistik zeigt, dass die Spender von 59 (2021) auf 43 (2022) abgenommen haben. Allen treuen Spendern danken wir und freuen uns, wenn sie uns auch zukünftig finanziell unterstützen. (WKB, Nischa-Nachbarschaftshilfe Oberwallis:

IBAN: CH70 0076 5001 0362 8120 2, **BIC:** BCVSCH2LXXX, **PC-Nr.**19-81-6)

Der Vorstand als zentrales Führungsgremium ist wichtig für das Funktionieren des Vereins.

Ich möchte den Vorstandsmitgliedern Ursula Dellberg, Peter Venetz, Berni Fischler und Pasqualina Perrig-Chiello für die konstruktive Zusammenarbeit herzlich danken.

Reinhold Schnyder

Informationen aus dem Vorstand

Generalversammlung 2022:

Dieses Jahr konnten wir die ordentliche Generalversammlung gemäss unseren Statuten im ersten Quartal durchführen. Sie fand am 31. März 2022 im Vortragssaal der Fux Campagna in Visp statt. Keine Selbstverständlichkeit. Was ich hier mit einem herzlichen Dankeschön an den Heimleiter, Donat Jeiziner, unterstreiche. Die Generalversammlung war von menschlicher Wärme geprägt.

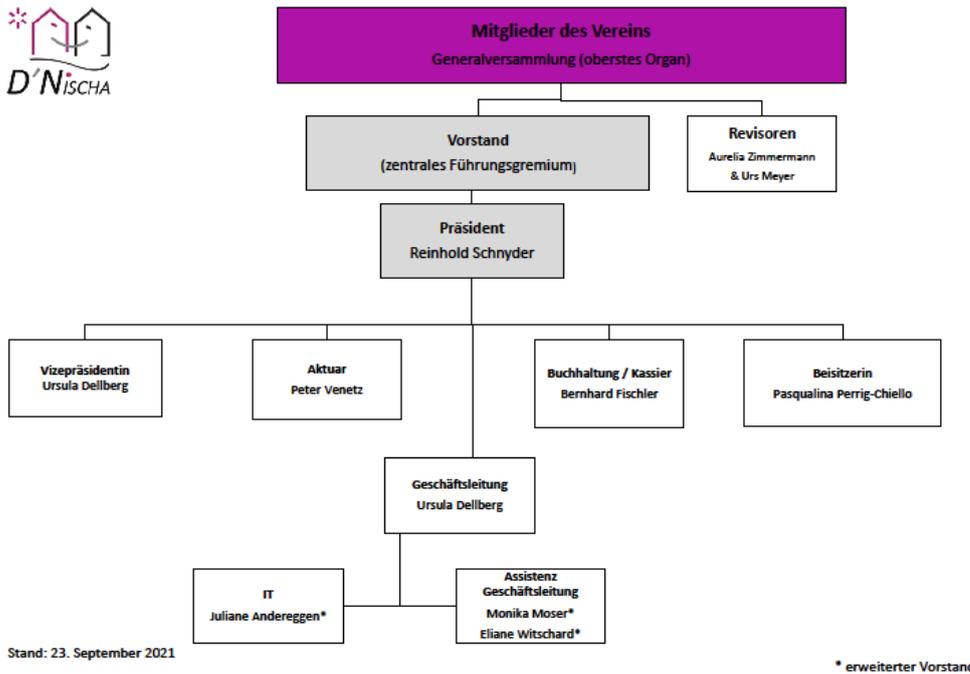
Anwesend waren mit Vorstand 18 Personen, darunter Vertreterinnen der Institutionen SMZO, Sichtbar Bern und Brig, Alzheimer Valais, Freiwillige und Revisoren.

Die wichtigsten Traktanden waren:

1. Vorstellung Budget 2022 und dessen Genehmigung
2. Wahlen (Vorstand, Präsident und Revisoren)
3. Jahresbericht der Geschäftsleiterin
4. Referat unseres neuen Vorstandsmitgliedes Pasqualina Perrig-Chiello über „Enge Beziehungen in Zeiten der Pandemie“



Organigramm:



Allen Vorstandsmitgliedern, die alle freiwillig ihre Stunden zur Verfügung gestellt haben, gebührt ein herzliches Dankeschön. Dasselbe gilt auch den Revisoren.

Um den grossen administrativen Aufwand stemmen zu können, benötigt D'Nischa eine Grundfinanzierung.

Unsere Freiwilligen arbeiten unentgeltlich, was von der Gesellschaft sowie den Institutionen im Oberwallis sehr geschätzt wird. Trotzdem können wir nicht alle Bedürfnisse und Nottfälle abdecken und müssen manchmal schweren Herzens NEIN sagen. Für uns ist die organisierte Nachbarschaftshilfe eine Berufung. Dies dank der konstanten, treuen Arbeit der Freiwilligen, deren Pflege eminent wichtig ist.

Trotz der geschenkten Stunden der Freiwilligen und des Vorstandes, fallen Kosten an Infrastruktur der Vize-präsidentin und Geschäftsleitung, Homepage, Telefon, Druckunterlagen, Briefmarken, Haftpflicht-Versicherung sowie Weiterbildung der Freiwilligen, Anlässe, Geschenke und Honorar an Referenten und Aufmerksamkeiten an Freiwillige, etc.. Diese Kosten sind zu decken.

Im vierten Vereinsjahr sind die Einzelmitgliedschaften leicht gesunken, die Kollektivmitgliedschaften konnten sich halten. Die Summe der Mitgliederbeiträge (Einzel und Kollektiv) beträgt Fr. 3'200. Ein herzliches Dankeschön für die Wertschätzung.

Von privaten Spendern erhielten wir Fr. 21'635, etwas weniger als im Vorjahr. Sie setzten sich wie folgt zusammen: Sozialmedizinisches Zentrum Brig Fr. 5'000, Stiftung Hatt-Bucher, Zürich, Fr. 1'000, Stiftung Eggs-Blatter, Brig, Fr. 1'000; art future ag, Baltschieder Fr. 3'850, Martin Theler, Naters Fr. 2'000 und für uns genauso wichtig zu erwähnen, sind die kleinen Spenden. Alle sind Zeugnis von Zufriedenheit und zeigen uns, dass wir auf dem richtigen Weg sind.

Hier ist es wichtig zu wissen, dass die Spenden an die Nischa von den Steuern abgezogen werden können. Wir haben vom **Kanton Wallis**, dem Departement für Gesundheit, Soziales und Kultur erneut die **Anerkennung als gemeinnütziger Verein am 28. Nov 2022 für drei weitere Jahre bekommen.**

D'Nischa hatte per 31. Dezember 2022 ein Vereinsvermögen von Fr. 30'689.-. Dieser Betrag ist höher als im Vorjahr, da wir weniger Ausgaben generierten.

Einblick in den Alltag der Geschäftsleitung

Ein herzliches Dankeschön

D'Nischa und die Geschäftsleitung hätten keine Chancen diese Arbeit mit Erfolg durchzuführen ohne die wunderbaren Freiwilligen. Ihr ganz unterschiedliches Können macht unsere Tätigkeit vielseitig, interessant und abwechslungsreich. Letzteres kommt nicht nur der Nischa und mir als Geschäftsleiterin zugute sondern auch den Freiwilligen selbst.

Dazu bitte ich Sie die wunderbaren Resultate unseres Alltages sei dies von NutzerInnen oder Freiwilligen unter dem Titel „Auszüge aus der Praxis der Nischa“ zu lesen.

Auch In diesem Jahr wurde ich zusätzlich von Freiwilligen jung bis alt tatkräftig unterstützt, dies im Bereich Administration und Projektarbeit. Erwähnen möchte ich hier Juliane Andereggen im IT Bereich / Homepage, Monika Moser im Bereich Freiwilligenarbeit, Eliane Witschard beim Zusammenstellen und Verschicken der Einladungen sowie der Weihnachtspost an die Freiwilligen, Sophie Bucher und Laura Hagen in der Projektarbeit.

Nicht zu vergessen ist mein Mann, Berni Fischler, der dafür sorgt, dass ich genügend Zeit habe meiner Arbeit nachzugehen ohne zu verhungern. Dies nebst seiner Schulter an die ich mich anlehnen kann, wenn ich mal wieder die Pedale verliere.

Sehr bereichernd war in diesem Jahr auch die Erfahrung mit meiner Tochter, Tania Berchtold Dellberg, welche erstmals die Weiterbildung der Freiwilligen der Nischa leitete mit mir als Co-Leiterin. Dies unter dem Titel Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg, die in die – von mir schon mit den Freiwilligen angewendete – 5x5 Methode mit konkreten Beispielen der Freiwilligen einfluss. Dazu lohnt sich ein Blick in die Rubrik „Weiterbildungen für Freiwillige“. Tania ist seit Jahren für die Nachbarschaftshilfe, Kreis 6, in Zürich verantwortlich. Im Gegenzug leitete ich erstmals die Weiterbildung ihrer Freiwilligen mit ihr als Co-Leiterin unter dem Titel „klare Grenzen setzen“. Auch dazu finden Sie unter der Rubrik „Weiterbildungen für Freiwillige“ eine Zusammenfassung. Der Austausch wurde damit interkantonal.

Detailbericht

D’Nischa tut etwas für die Gesellschaft.

Durch unser Angebot unterstützen wir das Finden von Lebenssinn und den Erhalt der Identität. Dies wirkt sich positiv auf die Erhaltung der Lebensqualität, der „unabdingbaren Würde“ und die Gesundheitsförderung aller Beteiligten aus. Mehr Informationen dazu lesen Sie unter „Auszüge aus der Praxis der Nischa“.

Ein Ziel der Nischa, organisierte Nachbarschaftshilfe Oberwallis, ist die niederschwellige Unterstützung für einmalige sowie regelmässige Bedürfnisse des täglichen Lebens, ganz im Sinne von „Zeit schenken, weil nichts vergebens ist, was von Herzen kommt“.

Freiwilligenarbeit können wir im Jahr 2022 mit 1550 Stunden verzeichnen, das sind 185 geschenkte Stunden mehr als im Jahr 2021. An dieser Stelle nochmals ein riesengrosses DANKESCHÖN an alle, die dafür ihre Zeit zur Verfügung gestellt haben.

Wie in jedem Jahr können nur die Stunden erfasst werden, die von den Freiwilligen zurückgemeldet werden. Es gibt jedoch immer auch Stunden und Einsätze, die geleistet werden, die nicht in der Statistik auftauchen, dasselbe gilt für die Stunden der Geschäftsleiterin:

Die Geschäftsleiterin leistete im Jahr 2018: 128,5 Stunden
im Jahr 2019: 656,0 Stunden
im Jahr 2020: 960,0 Stunden
im Jahr 2021: 700,0 Stunden
im Jahr 2022: 755,0 Stunden

Ein Grossteil dieser Stunden resultiert aus den persönlichen Interviews, welche mit jeder/jedem Freiwilligen geführt werden, der Koordination zwischen Freiwilligen und Nutzer/-innen, Pflege derselben, Vorstellung der Nischa, Organisation der Weiterbildungen und Anlässe. Nicht zu vergessen ist der Kontakt zu Institutionen, Mitgliedern und Spender/-innen. Auch das teilweise selber Einspringen als Freiwillige oder das Begleiten von Freiwilligen bei heikleren Aufgaben ist Teil der vielseitigen Arbeit.

Das Schönste an meiner Arbeit, und ganz besonders in diesem Jahr, war die spürbare und gelebte Solidarität über alle Generationen hinweg, die Dankbarkeit und Freude sowie das gegenseitige Lernen von und miteinander.

Kennzahlen D’Nischa

	2022	2021	2020	2019	2018
Neue Anfragen	71	73			
Vermittlungen	85	88	50		
Einsätze	940	748	660		
Stunden	1550	1365	945	609	117
Freiwillige	41	39	42	23	10
Nutzer	68	83	69	35	13
Mitglieder, FW u. Vorstand*	90	59	48	48	0
Kollektivmitglieder	10	10	12	5	0
Spender	43	59	63	46	0

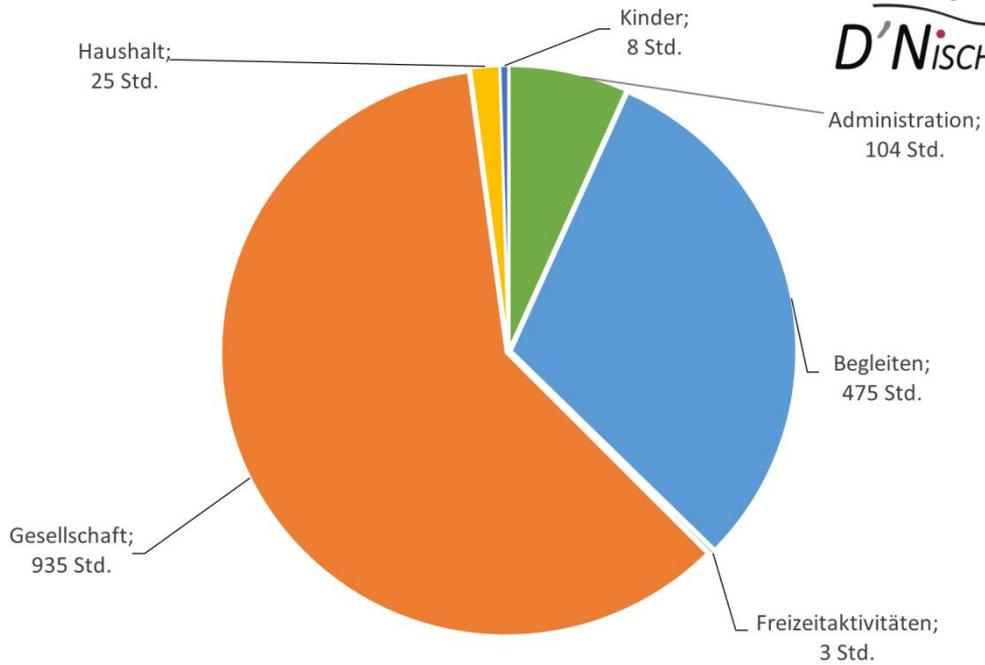
* bezahlende Mitglieder 44 plus Freiwillige 41, Vorstand 5 beitragsfrei. Diese sind automatisch Mitglied und so eingebunden in der Nischa-Familie

Die Kennzahlen sind nackte Zahlen. Sie sagen nichts aus über die Lebendigkeit der Nischa.

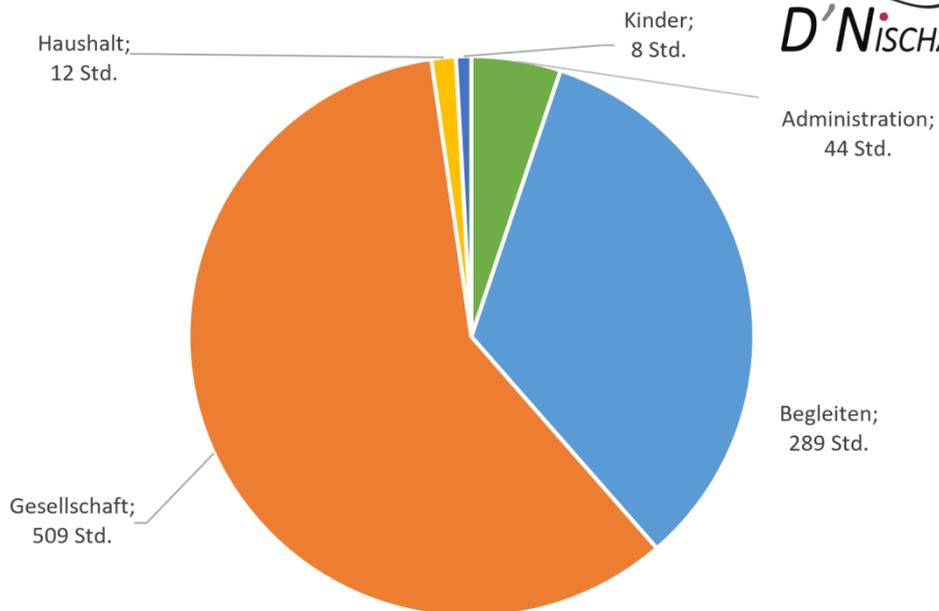
Das folgende Jahresdiagramm zeigt eine weitere Steigerung in der Stundenzahl, die einmal mehr ausweist, wie wichtig und notwendig es in unserer Gesellschaft geworden ist, Menschen zu begleiten und ihnen Gesellschaft zu leisten. Gesamthaft waren dies 1413 Stunden für Menschen jeden Alters. Bemerkenswert ist die Zunahme in den Wintermonaten! (Siehe 2. Halbjahr)

Freiwilligenarbeit wird zuweilen als selbstverständlich angesehen. Dies geschieht meist da, wo Verantwortung abgeschoben wird. Tendenz zunehmend, was heissen will, dass das Bedürfnis zunimmt und die Verantwortung auf Ebenen Politik, Gemeinden abnimmt.

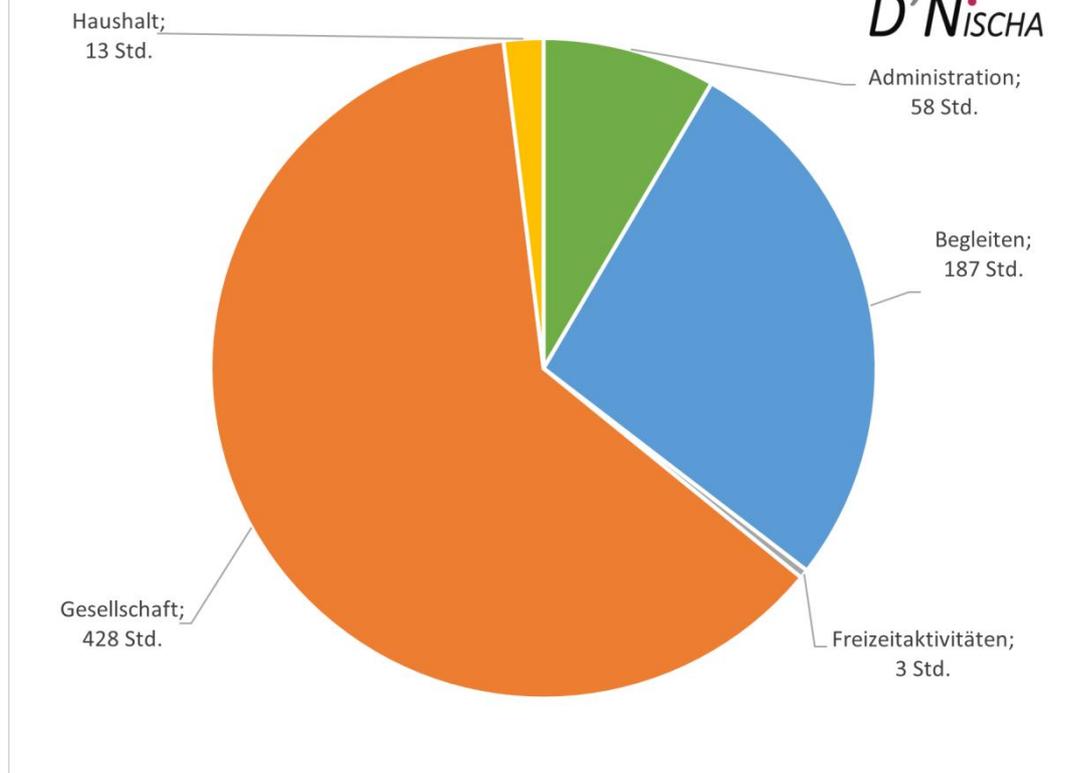
2022: 1550 geleistete Einsatzstunden,
aufgeteilt in folgende Bereiche



2022 (2. Halbjahr): 861 geleistete Einsatzstunden,
aufgeteilt in folgende Bereiche



2022 (1. Halbjahr): 689 geleistete Einsatzstunden,
aufgeteilt in folgende Bereiche



Auszüge aus der Praxis der Nischa

Eine Freiwillige öffnet ein Fenster und gibt den Blick frei in die Begleitung mit einer Migrantin, die sie seit Frühling 2021 bis heute begleitet und wie ein grosses Wunder endet.

Kurzfassung der Begleitung dieser Freiwilligen, die im Jahresbericht 2021 publiziert wurde:

« Viele Fragezeichen zu Beginn der Begleitung im Frühling 2021: Empfang? Freudig, scheu, welche Sprache? wie eingehen auf Mentalität. Zusammen mit einer Vertreterin der Mütter- und Väterberatung, die die Nischa um Unterstützung angefragt hatte, werden wir mit einem Lächeln begrüsst. Stube ist leer, spüre kein Leben. Das war der Start – inzwischen haben wir vieles miteinander erlebt und ein gegenseitiges Vertrauen aufgebaut. Verständigungsprobleme können wir mit der französischen Sprache beheben. Immer wieder locke ich 'Marie'* aus der dunklen/geschlossenen Wohnung in die herrliche frische Luft hinaus.

Zur Integration organisiere ich einen Grillsonntag mit Familien mit ähnlichem Migrationshintergrund. Schritt für Schritt versuche ich, sie im Wallis einzuführen. Marie vermisst Familie und Heimat. Am liebsten würde sie schon morgen zurück. Träume und ihre kleine Tochter, die am Anfang nur weinte und nun ein Sonnensein ist, erhalten sie am Leben. »

2022

« Marie fliegt mit ihrem Mann und der 2-jährigen Tochter in ihre Heimat. Wie sie sich freut! Zwei Monate bei ihrer Grossfamilie zu leben, ihr in der Schweiz geborenes Mädchen der Grossmutter in die Arme zu legen, sich verwöhnen zu lassen in der heimischen Umgebung, ihre Feste zu feiern ... Glückliche, munter, beschwingt und voller Eifer bereitet sie sich vor. Geschenke aus der Schweiz, möglichst für alle. Und die Frage schwirrt ihr durch den Kopf: könnte ich nicht mit der Tochter dort bleiben? Der Mann alleine in die Schweiz zurück reisen? - Sie kommen alle wieder ins Wallis.

Die partnerschaftliche Beziehung ist nach wie vor schwierig, sehr schwierig. Da kauft der Ehemann für seine Frau ein E-Bike und für sich ein E-Trottinette! Sie unternehmen gemeinsame Ausfahrten - mit der kleinen Tochter im Velo-Sitzli - und lernen auf diese Weise ihre nähere Umgebung kennen.

Marie und mir kommt es vor wie ein ganz grosses Wunder. Etwas Grundlegendes hat sich dadurch in ihrer Beziehung verändert. »

* von mir in diesem Bericht so genannt

Was macht die Freiwilligenarbeit so wertvoll und weshalb sprechen wir dabei von mit Herzen geben und mit Herzen bekommen

Zitat einer Freiwilligen vom 23. Oktober 2022

« Bonjour Ursula,

quelques lignes pour te tenir au courant de mon « activité » pour la Nischa.

Depuis le 7 septembre j'ai eu 6 X 2 heures avec Mme X d'abord elle avait beaucoup d'achats à faire en prévision de son anniversaire (dont l'achat d'un sweat shirt Mikey Mouse) ensuite une fois par semaine pour faire ses commissions, elle désire toujours aller au Denner de Naters et à la Migros à Bitsch. Ensuite nous prenons un café à côté de la Migros et nous partageons de bons moments, elle a beaucoup d'humour ! Sa santé ne lui permet pas de marcher sans aide, elle est très faible sur ses jambes. Elle est très reconnaissante de mon aide à travers la Nischa.

Le 9 septembre, toujours dans la Résidence S., j'ai rencontré Mme XY qui avait besoin d'aide pour mettre de l'ordre et nettoyer son frigo. Elle est très indépendante, elle a encore sa voiture, mais elle a des difficultés à cause de sa pression trop basse. Elle m'a dit avoir besoin de moi une fois par mois.

Je n'oublie pas la belle rencontre avec la bénévoles et son mari. Deux tibétains qui tentent d'obtenir un permis de travail, je les ai accompagnés à Sion. Je suis complètement choquée par la manière dont Berne traite leur dossier. J'espère que l'intervention de Sion va faire enfin bouger l'administration fédérale!!

Voilà c'est tout. Cet engagement auprès de la Nischa me donne beaucoup de joie et pouvoir aider les autres est un grand bienfait pour sois-même.

J'espère que tu vas bien et je reste à ta disposition si tu as besoin de moi.

Amicales salutations »

Eine Erfolgsgeschichte einer Nutzerin von 2020 - 2022

Kurzfassung des ersten Teils, publiziert im Jahresbericht 2020:

« ich bin 31 jahre alt und leide seit meiner kindheit und jugend unter psychischen problemen. Es fällt mir sehr schwer mich zu beschäftigen wenn ich alleine bin. Ich müsste jetzt dringend abnehmen und mich körperlich betätigen, doch durch meine psychischen probleme schaffe ich das nicht alleine. »

...und die Wirkung der Begleitung, 2021: zwei Originalzitate, publiziert im Jahresbericht 2021

« Liebe frau dellberg

Seit märz 2020 gehe ich nun mit der mir zugeteilten Freiwilligen spazieren. Ich schätze diese begleitung sehr. Und ich freue mich jedes wochenende darauf. Es hilft mir sehr aktiv zu werden. Alleine ist es nach wie vor schwierig. Aber mit ihr zusammen tut es mir einfach gut. Nicht nur in sachen bewegung ist es für mich mehr als wertvoll nein auch menschlich. Gerne würde ich etwas dafür zurückgeben, da es mir wichtig ist.

Hiermit möchte ich von herzen danke sagen für die unterstützung. Ich würde auch gerne mitglied werden. Liebe grüsse und einen schönen sommer. »

« Liebi frau dellberg.

Danke vill mal fer z dankes schriibu wägu miner mitgliedschaft.

lehr mäched sooo tolli arbeit, das unterstützi va härzu gärü ♥ Und ja d friwilligi isch eifach en tolli. Schön dass es mänsche git wa gärü hälftent und toll gits epper wie ew wa die liit wa wellent hälfu mit liit zämu bringet wa hilf brüüchend. In ville sache isch z wallis rächt rückständig.

Aber d nische isch en organisation wa wirklich fortschritt bringt 👍👍

Wiiter so 👍👍

Danke fer alles.

Es liebs grüessji ♥ »

...und Weihnachten 2022 erreichen mich folgende Zeilen

« Liebe Frau Dellberg

Ein weiteres Jahr neigt sich dem Ende zu und ich finde es ist Zeit ihnen Mal **DANKE** zu sagen!

Ich danke ihnen für ihre **unterstützende, wertschätzende, offene, freundliche, motivierte, ... Art. Danke**, dass sie sich **so bemühen** und für alle Seiten **das Beste wollen**. Die Freiwillige ist für mich zu einer **wichtigen Person** in meinem Leben geworden. Sie bringt mich **nicht nur körperlich** in Bewegung, **sie bewegt auch vieles in meinem Inneren**. Sie ist für mich eine **korrigierende „Beziehung“**. Es tut gut, dass jemand „erstmal fremdes“, sich so **interessiert** für mich, **unterstützen** will und durch ihre **offene, interessiert, willkommen heissende, freundliche, verständnisvolle, mitfühlende, .. Art**, für mich sooo schnell zu einer **Vertrauensperson** wurde. Es ist inzwischen mehr als ein „Auftrag“, wenn wir uns treffen. Ich glaube, dass es **uns beiden guttut**, wenn wir uns immer mal wieder sehen.

Ich **danke** ihnen Frau Dellberg auch für die schnelle Unterstützung für meine Freundin. Durch den ganzen Stress der letzten Zeit, hat sie mir nie richtig Rückmeldung gegeben, wie diese Unterstützung für sie war oder ob sie die Unterstützung überhaupt angenommen hat. Aber egal, wie es dann lief, hat es mich als Freundin **sehr berührt**, dass wenn man um Hilfe bittet, auch Hilfe bekommen kann. Ich bin ihnen Frau Dellberg sehr **DANKBAR** dafür!

Ich wünsche ihnen von Herzen **schöne, besinnliche Weihnachten** mit ihren Liebsten und einen **guten Übergang** ins neue Jahr.

Möge das neue Jahr ihnen gute **Gesundheit** schenken, ausreichend Glück, wärmende **Liebe, Erfolg** in dem, was sie anpacken, neue **Ideen/Träume/Ziele**, die hoffentlich in Erfüllung gehen dürfen, **Anerkennung** für all das, was sie geben, leisten, tragen und sind, **Wertschätzung, Dankbarkeit, Zufriedenheit, ...** und viele **schöne, positiv berührende, interessierte, abwechslungsreiche, freudige**, aber auch **erholsame, achtsame, ruhige, ... Momente**, die sie in vollen Zügen **geniessen** dürfen.

Danke für ALLES!

Von Herzen »

Zufriedenheitsbarometer von Freiwilligen und Nutzer/Innen

Nach 3 Jahren wurde erstmals wieder diese Umfrage in die Wege geleitet. Nachstehend das Resultat.

Zusammenzug der Antworten des Fragebogens für die Überprüfung der Einsätze der Freiwilligen bis 31.07.2022

Rücklauf 18

<p>1. Zufriedenheit mit der Vermittlerin und dem Einsatz <u>Bemerkungen:</u></p>	 IIIII IIIII IIIII II	 I	
<p>2. Werde ich als FW ausreichend informiert und betreut? <u>Bemerkungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ursula geht auf alles ein, was ihr rückgemeldet wird, ich fühle mich als FW ernstgenommen. 	 IIIII IIIII IIIII III		
<p>3. Treten während der Einsätze für mich unlösbare Probleme auf oder entstehen Fragen? <u>Bemerkungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Versuchen auftretende Probleme vor Ort zu lösen - Weiss, dass ich sonst jeder Zeit mich an Ursula wenden kann. 	Ja II	Selten IIII	Nein IIIII IIIII II
<p>4. Wenn ja, kann ich diese zufriedenstellend mit der Vermittlerin besprechen? <u>Bemerkungen:</u></p>	Ja IIIII IIII	Selten	Nein
<p>5. Ich bin an Anlässen für Erfahrungsaustausch kombiniert mit Weiterbildung interessiert (2x jährlich) <u>Bemerkungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Leider kann ich nicht immer teilnehmen, da ich viele andere Verpflichtungen habe. - Wegen anderer Verpflichtungen kann ich nicht mehr immer dabei sein, leider 😞. - Leider konnte ich bis jetzt noch nicht mitmachen, da es mit den Schichten meines Mannes nicht ging 😞 (2 Kleinkinder) - Zeitlich bedingt. 😞 viele andere Aktivitäten - ...die liebe Zeit fehlt 😞 - 😞 fühle mich in grossen Gruppen nicht wohl - Ist jedes Mal sehr spannend. Danke für eure Arbeit 😊 	 IIIII IIIII III	 IIII	 I

6. Was gefällt mir an der Tätigkeit als FW bei der Nischa:

BESONDERS?

- Der Kontakt mit der Nutzerin
- Damit ich dem Nutzer weiterhelfen kann mit französisch
- Enthusiastische und engagierte Menschen kennengelernt
- Hilfreich sein. Nicht verpflichtet sein zu helfen.
- Kontakt zu den Nutzenden und helfen
- Mein Potential wird genutzt, es ist ein Geben und Nehmen, ich kann Vorsätze von früher im Hier-und-Jetzt umsetzen, Teil einer Gruppe zu sein, wo alle ähnliche Einstellungen und Interessen vertreten, und, dass Ursula als GL alle Beteiligten ernst nimmt usw.
- Das Helfen und Unterstützen von Leuten und die Dankbarkeit und Freude, die wir dadurch zurückbekommen
- Kontakt mit Menschen, denen ich sonst nicht begegnen würde
- Der Kontakt mit Menschen
- Sammeln von unterschiedlichen Erfahrungen, soziale Kontakte
- Die Dankbarkeit der Nutzer
- Kann den Leuten eine Freude machen
- Ich finde, ich werde gebraucht. Gutes Gefühl.
- Anderen Menschen helfen.
- Interessante Menschen zu treffen im Zusammenhang mit einem Hilfsangebot
- Wertschätzung der Nutzerin
- Dass man helfen darf

Weniger?

- Die gestiegenen Ansprüche
- momentan, die Anerkennung der Angehörigen

7. Was ich sonst noch sagen wollte

- Danke für die grossartige Arbeit und Unterstützung durch Ursula
- Ursula, ich bewundere dich für deinen Einsatz
- In Absprache mit der Geschäftsleitung (GL) lasse ich die Betreuung einschlafen, da die Nutzerin erklärte, sie werde aktuell ausreichend durch die Nachbarschaft betreut.
- Uns beide verbindet eine Freundschaft zusammen
- herzlichen Dank für euer / dein Engagement
- manche trauen sich nicht nach Hilfe zu fragen und zu nutzen.
- wenn es Ursula mit der Nischa nicht geben würde, müssten wir sie umgehend noch erfinden
- die Bekanntheit und der Erfolg der Nischa sprechen für sie / für sich! Herzlichen Dank Ursula
- Bin sehr zufrieden mit der Betreuung von Fr. Dellberg. Sie ist sehr kompetent und immer da für die FW.
- Finde das eine tolle Sache. Ursula macht das so super

Erfassung der Antworten: Mo 26.09.22

Zusammenzug der Antworten des Fragebogens zur Zufriedenheit der Nutzerinnen/Nutzer der Nischa bis 31.07.2022

Rücklauf 11

<p>1. Kennen Sie eine oder mehrere Freiwillige (FW) der Nischa?</p> <p><u>Bemerkungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Zurzeit kenne ich einen Freiwilligen • Kenne sonst niemanden, empfehle aber durch gute Erfahrungen den Verein weiter 	<p>eine</p> <input type="checkbox"/>  	<p>mehrere</p> <input type="checkbox"/> 	
<p>2. Haben Sie eine persönliche FW?</p> <p><u>Bemerkungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Meine FW ist SUPER! Schätze sie sehr, und zwar nicht nur als Unterstützung, auch als Mensch! • Gemeint sind mit meiner Freiwilligen zusätzlich Verwandte! (daher mehrere) • Wir treffen uns, um miteinander französisch zu sprechen 	<p>ja</p> <input type="checkbox"/>  	<p>nein</p> <input type="checkbox"/> 	
<p>3. Wie zufrieden sind Sie mit der Dienstleistung der FW?</p> <p><u>Bemerkungen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Absolut zufrieden. Bin so dankbar für die Unterstützung und darf sooo viel positives/korrigierendes erfahren durch meine FW! • Sehr zufrieden • Ich bin sehr zufrieden und dankbar, dass ich mit meiner Freiwilligen eine liebe Person haben darf! Sehr verständnisvoll!!! • Mittlerweile hat sich ein kollegiales Verhältnis entwickelt. Die Treffen sind für beide Seiten bereichernd. • Ohne Internet bin ich ganz darauf angewiesen. • Bin sehr dankbar für die Unterstützung Computer/Gespräche 	   		
<p>4. Was motiviert Sie weiterhin Nutzerin / Nutzer der Nischa zu sein?</p> <p><u>Grund / Gründe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Werde mittlerweile durch Nachbarn betreut. Der Einsatz von FW der Nischa ist vorläufig nicht notwendig. • Ich bekomme genau den Nutzen, den ich gesucht habe und kann von meiner Seite auch etwas an den FW zurückgeben. • Da ich alt und nicht mehr mobil bin, ist die Nischa sehr wertvoll! • Begleitete Arztbesuche • Spazieren/ reden/ Probleme besprechen / Frau – Frau – Gespräche • Es tut mir einfach gut! Ich merke, dass ich mich aufs Spazieren mit der FW immer total freue und es mir fehlt, wenn jemand von uns mal absagen muss! Ich darf mit ihrer Hilfe erkennen, dass Bewegung einfach gut tut und wie sehr es mir gefehlt hat! • Angenehme Gesellschaft mit guten und lustigen Gesprächen. • Die tolle Hilfeleistung • Bin einsam. Freue mich jede Woche auf den Besuch 			
<p>5. Was ich sonst noch sagen möchte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rundum eine gute Organisation – Merci • Nur weiter so! vielen Dank, dass es die Nischa gibt! • Für mich ist alles gut so, sonst melde ich mich und wir können alles besprechen. • Meine Freiwillige soll bitte bleiben • Ich möchte einfach von Herzen DANKE sagen! es berührt mich wie engagiert alle sind. Einfach eine tolle Sache! DANKE! • Sehr gerne würde ich die Nachbarschaftshilfe weiterhin nutzen können. • D`Nischa ist eine gute Sache 			

Erfassung der Antworten: Mo 26.09.22

Weiterbildungen für Freiwillige

Weiterbildung zu Gewaltfreier Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg in Verbindung der 5x5 Methode

Durch meine Erkrankung an Corona musste ich die Weiterbildung vom 12. März 2022 im Haus Schönstatt, Brig auf den 11. Juni 2022 verschieben. Ich hatte das Glück erstmals meine Tochter, Tania Berchtold Dellberg, der Nachbarschaftshilfe Zürich als Referentin zu gewinnen.

Nachfolgend die Kurzfassung:

Nach einer kurzen Vorstellungsrunde und Abgleichung der jeweiligen Erwartungen gab Tania den Auftakt zur GFK. Es gibt einige wichtige Grundüberzeugungen in der GFK-Philosophie: Alles, was Menschen jemals tun, ist ein Versuch, sich allgemein menschliche Bedürfnisse zu erfüllen. Menschen erfüllen sich ihre Bedürfnisse lieber in Kooperation, als durch Anwendung von Macht, Zwang oder Gewalt. Menschen wenden dann Gewalt an, wenn sie keine bessere Möglichkeit sehen, für die Berücksichtigung ihrer Bedürfnisse zu sorgen. Ein **Konflikt** entsteht dann, wenn zwei wichtige Bedürfnisse (wenigstens scheinbar) nicht miteinander vereinbar sind.

GFK – Wie geht das?

Es gibt 4 Schritte bei der GFK:

1. WAHRNEHMUNG, Frage: Was ist die Situation / was nehme ich wahr? Hier fokussiere ich mich auf meine wertfreie Wahrnehmung. Somit kann ich in der Reflexion Fragen wie « Was habe ich gesehen, gehört, gesagt, gespürt (physisch)? » beantworten. Die Antwort darauf beginnt ideal mit « Ich habe...». Interpretationen sind nicht dasselbe wie Wahrnehmungen! Zum Beispiel: Sohn hat gestern wieder Legoteilchen im Zimmer verteilt, weil er keine Ordnung haben will.

- 1. Teil = **Wahrnehmung** (Ich sehe, dass viele Teilchen auf dem Boden verteilt sind.)
- 2. Teil = **Interpretation** (Warum denke ich, dass er dies tut?) → Ich gebe dem Gegenüber die Verantwortung / Schuld dafür, wie ich mich fühle.

2. GEFÜHLE, Frage: Wie habe ich mich gefühlt?

Die Antwort auf diesen Teil lautet « Ich bin ...» (irritiert, frustriert etc.). Hier kann eine Gefühlsliste helfen, passende Worte zu finden. Dieser Schritt hilft den Gefühlen den nötigen Raum zu geben, weil diese ok sind und Hinweise auf erfüllte oder unerfüllte Bedürfnisse geben.

Wenn wir unsere Gefühle bewusst wahrnehmen und versuchen in Worte zu fassen, können wir versehentlich «unechte Gefühle» wahrnehmen. Darunter verstehen wir Interpretationen. So wird bspw. bei Unordnung, welche durch die Kinder verursacht wird, das unechte Gefühl von Wertlosigkeit empfunden werden (weil ich denke, dass die Aufräumarbeit nicht wertgeschätzt wird).

Hier handelt es sich aber um eine Interpretation! Ich interpretiere in das Chaos, dass die Kinder die Ordnung nicht schätzen, dabei kann die Unordnung ganz andere Gründe haben. Hier wäre das echte Gefühl wohl eher Hilfslosigkeit oder vielleicht Überforderung.

3. BEDÜRFNISSE, Frage: Was sind meine Bedürfnisse / was will ich?

Hier können wir mit « Ich brauche ...» antworten. Im Fokus sind also die Bedürfnisse, welche die Gefühle von Schritt 2 auslösen. Auch hier kann eine Bedürfnisliste Abhilfe schaffen. Wichtig ist, zu lernen, die eigenen Bedürfnisse zu äussern, statt anderen Vorwürfe zu machen.

Unsere Gefühle helfen uns, die erfüllten / unerfüllten Bedürfnisse herauszufinden. So kann z. B. hinter Angst das Bedürfnis nach Sicherheit, bei Einsamkeit vielleicht das Bedürfnis nach Verbundenheit oder Zugehörigkeit stehen.

4. BITTE oder konkrete HANDLUNG, die für alle OK ist

Bei der Bitte geht es darum, gemeinsam herauszufinden, was es braucht, damit sich alle wieder wohl fühlen.

Eine Bitte ist keine Forderung! Der Unterschied liegt darin, dass auch ein Nein des Gegenübers ok ist, weil dann die Verhandlung erst anfängt. Bei der Bitte liegt der Fokus auf dem Finden einer realistischen, erfüllbaren Handlung, wie die Bedürfnisse erfüllt werden können. Währenddessen basiert eine Forderung auf der Erwartung (und / oder Zwang), dass etwas (nur so, wie ich das will) gemacht wird, was Unverständnis und Wut auslösen kann, wenn die Forderung abgelehnt wird.

Die OK-Zone: Jede Person hat eine Lieblingslösung zur Erfüllung ihrer Bedürfnisse. Dann gibt es einen Bereich, der auch noch ok ist und Bereiche, die nicht mehr ok sind. Bei der Bitte gilt es dann gemeinsam herauszufinden, was für alle Beteiligten noch ok ist, um die Bedürfnisse zu erfüllen. Für die Erfüllung eines Bedürfnisses gibt es 1'000 Möglichkeiten!

Diese 4 Schritte wurden in der 5x5 Methode mit konkreten Beispielen der Freiwilligen geübt.

Die 4 Schritte können an sich selber geübt oder auch im Dialog angewendet werden. Bei Gesprächen, bei denen man überfordert ist, kann man z. B. sagen: « Kann ich dich kurz unterbrechen? Bis jetzt hab ich XXX von dir gehört. Bist du ...? (nach Gefühl fragen), weil du ... brauchst? (nach Bedürfnissen fragen). »

Bei Interesse an Vertiefung können Sie sich gerne bei Tania Berchtold Dellberg unter info@konfliktleichtigkeit.ch, melden.



Weiterbildung der Freiwilligen der Nachbarschaftshilfe Kreis 6 in Zürich vom 25. Juni 2022 zum Thema «Klare Grenzen setzen – Nein sagen» - Weiterbildung, die im Wallis schon im November 2019 stattfand

- Jedes NEIN zum anderen ist ein JA zu mir!

Klargrenzen	Abgrenzen
Ich informiere über MEINE Grenze. dabei entsteht eine Brücke/Verbindung zum Gegenüber → Dialog	Ich baue eine Wand. Dies führt zu Verbindungsabbruch. → Trennung
dynamisch	statisch
Gegenseitiges wahrnehmen & akzeptieren der Bedürfnisse. → Verhandlungsbereitschaft	Verschlossenheit → kein Dialog
Zufriedenheit	Unzufriedenheit

- Wieso es uns schwer fällt, uns klarzugrenzen: Sorge, die Zugehörigkeit / den Kontakt zu verlieren. Nicht mehr geliebt zu werden. Ich möchte wichtig sein und mich unentbehrlich machen (Achtung: Abhängigkeit, Macht!) Ich möchte selbst auch gesehen werden.
- «Scheitern» (nicht frühzeitig klargegrenzt) ist OK. Wichtig, wenn ich mir dem bewusst bin und reflektiere, welche Bedürfnisse ich damit schützen wollte.
- Eigene Bedürfnisse und Grenzen erkennen und respektieren.
- Ich übernehme die Verantwortung für MEINE Gefühle!
- Ich sage STOPP (innerlich, in dem ich mich erde (Übung) oder physisch).
- Mein KÖRPER reagiert auf Grenzüberschreitungen am schnellsten. Ich nehme sie wahr und ernst.
- Ich stehe für mich ein und betreibe damit SELBSTFÜRSORGE.
- Was kann ich für mich tun, wenn das Gegenüber Hilfe will / braucht? Wie beim «Nothelfer für Unfälle»: Bevor ich der Person helfe, sichere ich mich.



Anlass 2022 – Generationen kochen zusammen

Die Idee für den Anlass 'Generationen kochen zusammen' kam beim Anlass 'Generationen gemeinsam unterwegs' vom 21. August 2021. Und die Idee kam von ...: Genau, von Martin Guntern, besser bekannt unter dem Namen Hammerli.

Das OK – Team mit Ursula, Monika, Laura und Sophie stellten einen raffinierten Plan vor: Wir können das Restaurant 'Baltschiederbach' von und mit Chräbi und Hammerli nutzen. Von allen eingeladenen Freiwilligen und Nutzern trafen sich 29 Erwachsene und 6 Kinder zum gemeinsamen Erlebnis von kochen, dekorieren, malen, spielen.

Um 10 Uhr beginnt ein reges Schnitzeln von Zutaten für Suppe und Törtchen – wo zuerst? Natürlich am Kindertisch. Eine freudige Stimmung herrscht, alle sind beschäftigt, eingekleidet in gelben T-Shirts mit dem Nischa-Logo die weiblichen Teilnehmenden und mit blauen T-Shirts die Männer. Letztere kommen samt Idee von unserer Freiwilligen Namlha und ihrem Mann. Aufgeräumte Stimmung überall. Der jüngste ist Morris mit 3 Jahren, die älteste Dame ist 88-jährig. Traumhaft wie das Generationen-Miteinander funktioniert hat!

Andreas, Freiwilliger, überrascht uns alle mit einem selbstgemachten Apéro. Dem wird mit Dank rege zugesprochen. Um 12 kommt die feine Kürbissuppe mit einem Tupfer Rahm auf den Tisch, mit der Offerte zum 'Nachschlag'. Alle helfen beim Servieren, Schöpfen, Brot schneiden. Kleine Teams wurden gebildet, es ist einfach geschehen. Sollte es nicht immer so sein?

Darauf folgen die selbstgemachten Küchlein – jede/r hat auf den Boden den Namen geschrieben, auf das ja nichts schief geht. Mmmh, lecker. Ein paar Hungrige bekommen sogar zwei oder drei.

DANKE an alle, denn jede und jeder hat seinen Teil dazu aktiv beigetragen.





Ausblick 2023

1. Halbjahr: 23. März 19:00 Uhr Fux Campagna in Visp.
Generalversammlung der Nischa

17. Juni – Nachmittag - Haus Schönstatt, Brig
Weiterbildung der Freiwilligen mit dem Thema
„Lebe ich oder funktioniere ich“

2. Halbjahr: In Planung

Bitte konsultieren Sie unsere Homepage www.nischa.ch für die neuesten Informationen.

Ursula Dellberg

Erfolgsrechnung 2021 vs. 2022

Auslagen	2022	2021	Einnahmen	2022	2021
Aufwand Geschäftsleitung	14'400.00	15'500.00	Mitgliederbeiträge	2'200.00	3'850.00
Post/Tel/Bank	631.10	461.10	Spenden Privat	21'635.00	19'436.00
Weiterbildung	644.50	667.10	Kollektivmitglieder	1'000.00	*
Druckspesen	1'263.75	2'082.30	SMZO	**	5'000.00
Versicherung FW	315.00	315.00	Naturalspenden	0	515.90
HP Verwaltung	290.25	290.25			
Büromaterial etc.	336.35	916.00			
Events	802.00	1'893.60			
Wegentschädigung	543.40	663.40			
Diverses/Werbung	637.25	1'278.15			
Aufwand Vorstandssitzungen	1'569.50	440.00			
Total	21'433.10	24'506.90		24'835.00	28'801.90
Betriebserfolg	3'401.90	4'295.00			
Total Rechnung	24'835.00	28'801.90			

Buchhaltung B. Fischler 6. Januar 2023

*Wurde 2021 unter Mitgliederbeiträge aufgeführt

**Beitrag SMZO wurde im Jahr 2022 als Spende Privat aufgeführt

Bilanz 2022 vs. 2021

Aktiven	2022	2021	Passiven	2022	2021
Liquide Mittel			Fremdkapital		
Guthaben WKB	30'689.00	27'384.10	Transitorische Passiven	0	290.25
			Eigenkapital		
			Vereinskapital	30'689.00	27'093.85
Total Aktiven	30'689.00	27'384.10	Total Passiven	30'689.00	27'384.10

Buchhaltung Berni Fischler 11. Januar 2023

Antrag Budget für 2023 (5. Geschäftsjahr)

Einnahmen	Voranschlag (IST 22)	Ausgaben	Voranschlag (IST 22)
Mitgliederbeiträge Einfache und Kollektiv	3'500 (3'200)	Aufwand GL und Infrastruktur Büro, etc.	16'500 (14'400.00)
Spenden Privat	16'000 (16'635)	Weiterbildung	1'000 (644.50)
SMZO	5'000 (5'000)	Events	1'500 (802.00)
		Admin/Post/Bank/Tel	1'000 (631.10)
		Druckaufträge	1'400 (1263.75)
		Vers. FW	350 (315.00)
		Diverses/Werbung	1'000 (637.25)
		HP Verwaltung	300 (290.25)
		Spesen ö.V.	750 (543.40)
Total	24'500 (24'835)	Total	23'800 (21'433.10)

Buchhaltung Berni Fischler 11. Januar 2023

Revisorenbericht 2022

D'Nischa – Nachbarschaftshilfe Oberwallis

Revisionsbericht

Die unterzeichnenden Revisoren haben die Rechnung (Bilanz und Erfolgsrechnung) des Vereins d'Nischa für das Berichtsjahr 2022 am 20. Januar 23 geprüft und erstatten folgenden Bericht :

Die vorgelegte Jahresrechnung wurde im üblichen Rahmen geprüft und wir stellen fest, dass sie ordnungsgemäss geführt wurde und dem Gesetz und den Statuten des Vereins entsprechen.

Die Buchungen stimmen mit den Belegen überein, die Rechnungsstellungen sind begründet und das Vermögen ist durch entsprechende Belege ausgewiesen.

Die Rechnung schliesst mit einem Total an **Einnahmen von Fr. 24.835.00**

und **Ausgaben von Fr. 21'433.10**, was einem **Einnahmenüberschuss von Fr.3.401.90** entspricht.

Die Revisoren stellen folgende Anträge an die Generalversammlung :

- 1) Die Jahresrechnung 2022 sei zu genehmigen und der Kassier/Buchhalter Berni Fischler sei unter Verdankung der geleisteten Arbeit Décharge zu erteilen.
- 2) Dem gesamten Vorstand mit dem Präsidenten Reinhold Schnyder sei für ihren ehrenamtlichen Einsatz zum Wohle des Vereins d'Nischa der beste Dank auszusprechen und ebenfalls Décharge zu erteilen.

Brig, 20. Januar 2023

Die Revisoren :



Aurelia Zimmermann



Urs Meyer