

### Der herausfordernde Weg zurück in die Normalität



Liebe Leserinnen, liebe Leser

Die Geschichte von Roland Maag zeigt, dass der Weg zurück in die Normalität trotz eines grossen Schicksalsschlags gelingen kann. Der FCZ-Fan wurde nach der Meisterfeier im Mai 2006 von einem Hooligan brutal niedergeschlagen. Nach einem Aufenthalt im Universitätsspital Zürich, der REHA-Klinik Bellikon und dem Pflegeheim Nidelbad kam Roland Maag in die Reha-Wohngruppe des Wohnhaus Bärenmoos. Dank seinem unbändigen Lebenswillen und der fachkundigen individuellen Betreuung sowie der Förderung von lebenswichtigen Fähigkeiten durch die Mitarbeitenden im Bärenmoos gelang es ihm, seine neue Lebenssituation Schritt für Schritt zu bewältigen. Eines seiner grossen Ziele war es, wieder gehen zu lernen. Heute lebt der 35-jährige ehemalige Carrosserie-Spengler in einem Studio im Wohnhaus Bärenmoos. Seit 2011 arbeitet er an einem geschützten Arbeitsplatz im Bärenmoos am Empfang und seit dem Frühling 2013 ist er an zwei Nachmittagen in der Woche im FCZ-Museum tätig. Für den Vollblut-FCZ-Fan ist das die ideale Motivation.

Die Stiftung WFJB bietet Menschen mit einer Hirnverletzung, denen eine Rückkehr in den Alltag nach einem Aufenthalt in einer Akut- oder REHA-Klinik nicht ohne Unterstützung gelingt, eine alltagsorientierte stationäre Betreuung und Förderung an. Der erste Schritt zurück ins Leben ist die möglichst selbstständige Bewältigung des Alltags. Die Bewohner lernen, mit ihrer neuen Realität umzugehen, Selbstvertrauen zu gewinnen und realistische Lösungen für die Zukunft zu finden. Der zweite Schritt beinhaltet die sukzessive berufliche Wiedereingliederung an einem geschützten Arbeitsplatz und der dritte, sofern möglich, die berufliche und soziale Wiedereingliederung ausserhalb des Wohnhauses. Eine sinnvolle und den Interessen des Betroffenen entsprechende Beschäftigung – häufig an geschützten Arbeitsplätzen – erhöht die Motivation und leistet einen wichtigen Beitrag zur Lebensqualität.

Eine eigenständige Wohnform und eine Arbeitstätigkeit ausserhalb des Wohnhauses eröffnen Menschen wie Roland Maag eine grosse Chance auf Selbstständigkeit. Eine Selbstständigkeit, die sie sich nicht nur hart erkämpfen, sondern die unter dem Aspekt einer Vollkostenrechnung auch einen volkswirtschaftlichen Nutzen hat. Die Stiftung WFJB steht für individuelle Lösungen, die wie im Fall von Roland Maag oft vereinter Initiative und auch finanzieller Zuschüsse bedingen. Jede Spende hilft dabei, Menschen wie ihm eine solche Perspektive zu eröffnen.

Thomas Albrecht  
Geschäftsführer der Stiftung WFJB

#### HofBlatt Nr. 12 September 2013

- Epilepsie: Wenn das Hirn «aus dem Takt» gerät
- Ressort Beschäftigung: Eine Perspektive für den Alltag
- Gespräch mit Monika Hildebrand und Beatrice Schultz
- Neue Kartenkollektion
- Rückblick auf das Jubiläumsfest 20 Jahre Bärenmoos

#### Agenda

**Freitag, 27. September 2013**  
Wildessen, 18 Uhr

**Sonntag, 17. November 2013**  
Sonntagsbrunch, ab 10 Uhr  
(Anmeldung für beide Anlässe unter 043 366 10 40)

**Sonntag, 1. Dezember 2013**  
Adventsmärt Hausen

**Freitag, 6. Dezember 2013**  
Adventsfenster im Meilihof, ab 17 Uhr

**Sonntag, 8. Dezember 2013**  
Adventsmärt Rifferswil

#### Impressum

**Konzept und Inhalt**  
Stiftung WFJB  
8942 Oberrieden

**Redaktion**  
Sprache & Kommunikation  
Iris Vettiger, 8002 Zürich

**Furrer Offset Druck**  
8915 Hausen am Albis

# Epilepsie: Wenn das Hirn «aus dem Takt» gerät

Epilepsie ist eine der häufigsten neurologischen Erkrankungen. Sie kann jeden treffen, mindestens fünf Prozent der Menschen erleiden in ihrem Leben einen epileptischen Anfall. Menschen mit einer Hirnverletzung sind häufiger davon betroffen. Ein guter Grund für das HofBlatt, sich dem Thema Epilepsie anzunehmen.

Epileptische Anfälle sind Störungen des Gehirns aufgrund kurz dauernder vermehrter Entladungen von Nervenzellen. Ein Vorgang, der zuweilen als «Gewitter im Kopf» beschrieben wird. Beim gesunden Menschen arbeiten die Hirnzellen geordnet und koordiniert. Bei einem epileptischen Anfall ist dieses empfindliche Gleichgewicht zeitweilig gestört und das Hirn gerät «aus dem Takt». Von Epilepsie wird gesprochen, wenn innerhalb von 24 Stunden mindestens zwei epileptische Anfälle ohne erkennbare Erklärung für deren Zeitpunkt stattfinden.

Mediziner unterscheiden heute meist zwischen herdförmigen (fokalen) und generalisierten Anfällen. Je nachdem, in welchem Bereich des Gehirns der herdförmige Anfall stattfindet, äussern sich die Symptome wie z.B. Bewusstseins- und Wahrnehmungsstörungen oder Muskelzuckungen. Breiten sich die Entladungen von Nervenzellen anschliessend über das gesamte Gehirn aus, spricht man von einer Generalisierung des Anfalls.

Epileptische Anfälle können sehr unterschiedlich aussehen. Sie können mit heftigen Zuckungen einhergehen, aber auch ohne

sichtbare Bewegungen stattfinden. Es gibt sogar Anfallsformen, bei denen selbst die Betroffenen kaum etwas bemerken. Nicht alle unkontrollierten Muskelzuckungen oder jedes Wegtreten bedeuten einen epileptischen Anfall.

So vielschichtig wie die Symptome sind auch die Ursachen der Epilepsie. Nur bei etwa der Hälfte der Erkrankten können die Ärzte sie eindeutig bestimmen. In vielen Fällen liegt eine Hirnschädigung vor. In anderen ist die Ursache genetisch bedingt oder nicht bestimmbar.

Der Umgang mit epileptischen Anfällen gehört zum Betreuungsalltag bei Menschen mit einer Hirnverletzung. Die Mitarbeiten-

den machen die Bewohner auf allfällige Gefahren aufmerksam und besprechen das korrekte Verhalten bei einem Anfall mit ihnen. Sie beobachten insbesondere neue Bewohner mit einer Hirnverletzung aufmerksam, bei denen man noch nicht weiss, wie sich die Anfälle äussern.

Die Bewohner gehen unterschiedlich mit ihren Ängsten vor Anfällen um und können jederzeit mit den Fachkräften im Meilihof darüber sprechen. Der 24-Stunden-Betrieb gibt den Bewohnern Sicherheit. Beruhigend ist für viele auch, wenn sie sehen, dass andere Bewohner während eines Anfalls gut begleitet werden.

## Was man tun kann

*Während des Anfalls:* Ruhe bewahren, auf die Uhr schauen, Betroffene aus Gefahrenzone bringen, gefährliche Gegenstände entfernen, Brille abnehmen, Kleidung lockern, weichen Gegenstand unter den Kopf schieben.

*Nach dem Anfall:* Betroffene in «stabile Seitenlage» bringen, um die Atemwege von Speichel und Erbrochenen freizuhalten bzw. zu befreien, und nicht alleine lassen.

Arzt oder Krankenwagen rufen, wenn Betroffene mehrere Anfälle hintereinander haben, ohne dass sie zwischendurch zu sich kommen, wenn ein Anfall länger als 10 Minuten dauert und/oder Verletzungen oder sonstige Komplikationen auftreten.

## Was man NICHT tun soll

*Während des Anfalls:* auf Betroffene einreden, sie schütteln, an Armen und Beinen festhalten oder wegziehen, ihre verkrampften Hände öffnen oder versuchen, sie «wiederzubeleben».

Betroffene in stabile Seitenlage bringen, ihnen Antiepileptika oder sonstige Medikamente einflössen oder ihnen Gegenstände zwischen Ober- und Unterkiefer schieben.

Weitere Informationen und Erklärungen dazu: [www.epi.ch](http://www.epi.ch).



## Ressort Beschäftigung: Eine Perspektive für den Alltag



Monika M. beim Herstellen von Muscheltöpfen

Die Beschäftigung ergänzt die pflegerischen und therapeutischen Angebote im Meilihof und leistet einen wichtigen Beitrag zur Tagesstruktur der Bewohner. Im Unterschied zur Rehabilitation stehen nicht die motorischen und/oder kognitiven Fähigkeiten im Zentrum, sondern die Ausübung der Tätigkeit selbst. Der Bewohner wird dort abgeholt, wo er steht. Der Betreuende begleitet die Aktivität und bietet, wo notwendig, Hilfestellungen an. Der Bewohner kann so Schritt um Schritt seine Möglichkeiten ausloten.

Christine Weiss, Ressortleiterin Beschäftigung, ist ausgebildete Bewegungs- und Sozialpädagogin. Ferner absolvierte sie eine Schauspielerausbildung. «Im Meilihof kann ich meinen Rucksack von 30 Jahren Erfahrung in meine Arbeit einfließen lassen. Wir haben 200 Stellenprozent – aufgeteilt auf zwei Frauen und einen Mann – und ideale Räumlichkeiten für ganz unterschiedliche Aktivitäten. Je nach Lust oder Absicht können wir für Gruppenaktivitäten auch das HofKafi, den Hof, den Garten oder die Küchen in den Wohneinheiten nutzen.» Die Suche nach einer geeigneten Beschäftigung ist eine der anspruchsvollsten Auf-



Bewohner beim Cantucci-Backen

gaben für das Team. Sie erfordert eine ausgezeichnete Beobachtungsgabe, viel Einfühlungsvermögen und Erfahrung im Umgang mit unterschiedlichen Formen von Behinderung. Wichtige Anknüpfungspunkte sind bekannte Vorlieben, Fähigkeiten und Erfahrungen, die der Bewohner im Gespräch erwähnt. «Die meisten Bewohner brauchen zusätzlich äussere Anreize. Kulinarisches spricht die Sinne an und weckt positive Assoziationen. So haben wir bei der Herstellung von Cantucci, Bretzeli, Lasagnenudeln oder Konfitüre für den Verkauf schon manchen Bewohner motivieren können.» Ziel der Beschäftigung ist es, brachliegende Fähigkeiten zu reaktivieren sowie neue zu entdecken und zu entwickeln. Auf diese Weise gewinnt der Bewohner neues Selbstvertrauen und ist wieder offen für neue Erfahrungen und Herausforderungen.

Viele Tätigkeiten wie das Weben, das Nähen, die Englisch-Konversationsgruppe oder das Dichten nehmen Bewohnerinteressen auf. Im Fall des Webens löste dieses Interesse eine Kettenreaktion aus. Andere Bewohner fingen an, sich dafür zu interessieren, und die Mitarbeitenden belegten eine Weiter-



Bea H. beim Malen

bildung, um das diffizile Bespannen des Webstuhls zu erlernen. Das Weben selbst erweist sich als vielseitige Herausforderung für die Bewohner. Es verbindet eine kreative mit einer handwerklichen Komponente. Ferner erlaubt es ein sehr selbstständiges Arbeiten. Allein der Anblick des imposanten Webstuhls von zwei auf zwei Metern im lichtdurchfluteten Beschäftigungsraum weckt die Lust am Weben ebenso wie die Muster, die zurzeit auf den kleineren Webstühlen entstehen. Interessant ist, dass das Weben im Raum Hausen am Albis eine lange Tradition hat. Während die Seidenweberei Weisbrod-Zürcher den Produktionsstandort leider aufgeben musste, setzt der Meilihof die lokale Tradition in ganz bescheidener Weise fort.

Weitere beliebte Aktivitäten sind Malen, Seidenmalen oder Arbeiten mit Holz. In den Einzelsequenzen stellen die Bewohner gerne Geschenke für sich und andere her. Sehr beliebt sind auch Kochen und Backen. Und natürlich bietet der Meilihof auch ideale Voraussetzungen für Gartenarbeiten aller Art an, welche in Zukunft ausgebaut werden sollen. Als Gegenpol zur relativ abgeschiedenen ländlichen Idylle organisiert die

Beschäftigung in regelmässigen Abständen auch Ausflüge, Konzertbesuche und dergleichen.

Wo immer möglich werden die Bewohner in Projekte des Wohnhauses einbezogen. So stellen sie nicht nur viele Produkte her, die am Tag der offenen Tür oder auf lokalen Märkten verkauft werden, sondern übernehmen auch die jahreszeitliche Dekoration des HofKafis.

### **Geschützte Arbeitsplätze**

Wer im Wohnhaus Meilihof anruft, hat gute Chancen von Susanne O. oder Daniela H. begrüsst zu werden. Sie beide arbeiten an einem geschützten Arbeitsplatz (GAP).

Susanna O. haben wir im HofBlatt bereits einmal vorgestellt. Sie konnte ihr Pensum inzwischen auf 50 Prozent erhöhen und bedient nicht nur die Telefonzentrale, sondern schreibt auch die Menüpläne, verfasst die Protokolle des Bewohnerrats und stellt Etiketten für die Verkaufsprodukte her. Jene für die Badesalze hat sie gar selbst entworfen. Darüber hinaus findet die weitgehend selbstständige und zuverlässige Mitarbeitende Gefallen am Verkauf der Meilihof-Produkte. Dabei kann sie an ihre Erfahrung als ehemalige «Marktfrau» anknüpfen.

Daniela H. wohnt in Hausen am Albis und suchte eine abwechslungsreiche Arbeitsstelle in der Nähe, da sie von ihrer Mutter zur Arbeit gefahren wird. Die 24-Jährige arbeitet 100 Prozent und hat nun, nach eigenen Aussagen, Abwechslung genug: Am Morgen arbeitet sie in der Lingerie, wo sie Wäsche zusammenlegt und verteilt. Sie kennt das ganze Haus und weiss genau, wer wo zu finden ist. Am Mittag unterstützt sie das Küchenteam beim Abtrocknen, Versorgen und dergleichen.

Am Nachmittag übernimmt sie die Telefonzentrale oder erledigt nach Absprache mit der Ressortleiterin Christine Weiss diverse Reinigungsarbeiten: «Gestern habe ich die Tische im HofKafi gereinigt». Gerne unterstützt sie auch Claudia Götschi in der Administration. So legt sie etwa Stempelkarten ab und führt das Inventar des Büromaterials. «Der Kontakt zu den anderen Mitarbeitenden ist mir wichtig.»

«Am besten gefällt es mir in der Lingerie», sagt sie, «ausser wenn es so heiss ist wie Anfang August». Daniela H. fühlt sich in der überschaubaren Grösse des Meilihofs sichtbar wohl, bewegt sich im ganzen Haus, was ihrem Kreislauf gut tut. Sie kennt nicht nur alle Bewohner und Mitarbeitenden, sondern auch viele Besucher aus der Umgebung, sei es vom Turnverein oder der Jassgruppe. Im Sommer ist es ruhiger an der Telefonzentrale. Dann hat sie Zeit für andere Aufgaben wie das Schreibtraining am Computer. «Das Zehnfingersystem ist schwierig! Aber ich bin zuversichtlich, dass ich das auch



*Christine Weiss, Ressortleiterin  
Beschäftigung und geschützte  
Arbeitsplätze*

noch lernen werde.» Sie lerne ständig neue Dinge. Erst kürzlich habe sie gelernt, Zeitungen zusammenzubinden.

Daniela H. arbeitet gerne im Meilihof und betont ihr gutes Einvernehmen mit ihren zwei Chefinnen, Ressortleiterin Christine Weiss und Hausleiterin Karen Grimm.

Eine Beschäftigung als Perspektive für den Alltag ist eine Quelle für Anerkennung und Selbstwertgefühl, die zum Wohlbefinden der Bewohner beitragen.

Geschützte Arbeitsplätze (GAP) in der Stiftung WFJB richten sich an Menschen mit einer Körperbehinderung und/oder einer Hirnverletzung, die auf dem normalen Arbeitsmarkt keine Arbeit finden. Einsatzmöglichkeiten gibt es in den Bereichen Administration, Telefonzentrale und Empfang, Hausdienst, Lingerie und Reinigung sowie in der Küche.

Mitarbeitende an einem GAP müssen sich wie jeder andere Arbeitnehmende in einem beruflichen und sozialen Umfeld integrieren. Sie haben einen Arbeitsvertrag, eine Stellenbeschreibung und ein jährliches Beurteilungs- und Zielvereinbarungsgespräch. Voraussetzung für einen GAP in der Stiftung WFJB ist, dass sie mindestens 30 Prozent selbstständig arbeiten können.

Der direkte Vorgesetzte und die Ressortleitung erstellen gemeinsam eine Stellenbeschreibung. Beide sorgen dafür, dass die Aufgaben den Mitarbeitenden weder über- noch unterfordern. Der direkte Vorgesetzte begleitet die Arbeitseinsätze und unterstützt die individuelle Motivation im Alltag.



## Im Gespräch mit Monika Hildebrand und Beatrice Schultz

Monika Hildebrand und Beatrice Schultz, Ressortleiterinnen von Haus A und B, nahmen ihre Arbeit im Meilihof auf, lange bevor der erste Bewohner einzog. Höchste Zeit also, sie beide einmal im Hof-Blatt vorzustellen und von ihnen zu erfahren, wie sie die Zeit des Aufbaus im Meilihof erlebt haben.

Monika Hildebrand, 35, ist ausgebildete Pflegefachfrau, arbeitete im Spital Affoltern und wollte gerne vom Akutbereich ins Betreute Wohnen wechseln. Als sie vom Bau des Meilihofs erfuhr, ergriff sie ihre Chance.

Beatrice Schultz, 50+, leitete eine SPITEX-Organisation und verspürte nach 30 Jahren Lust auf eine neue Herausforderung. Die Möglichkeit, an einem Neuaufbau teilzunehmen und mit jüngeren Menschen mit einer Behinderung zu arbeiten, faszinierte sie. Die Stadtzürcherin lebt seit 35 Jahren im Säuliamt und ist mittlerweile in der Gegend verwurzelt.

Die beiden Ressortleiterinnen erinnern sich noch gut daran, wie sie gemeinsam auf der Baustelle standen und vor der Eröffnung eine Nacht im leeren Meilihof verbrachten. «Wir hatten noch keine Bewohner, kein Team und unzählige leere Schränke», erzählt Monika Hildebrand. In der ersten Phase ging es darum, die interne Organisationsstruktur aufzubauen, die Infrastruktur in Betrieb zu nehmen und Mitarbeitende und Bewohner zu rekrutieren.

«Zu Beginn war der Alltag im Meilihof eine grosse Herausforderung. Die Tatsache, dass für alle alles neu war, überforderte viele. Die zahlreichen Ein- und Austritte kosteten die Verbleibenden viel Kraft», führt Beatrice Schultz aus. Die

interdisziplinäre Zusammenarbeit in einem auf individuelle Betreuung angelegten Betrieb war für viele von ihnen neu. «Mitarbeitende mit unterschiedlichen Ausbildungen sprechen eine unterschiedliche Sprache und setzen unterschiedliche Prioritäten. Sie mussten erst lernen, sich gegenseitig zuzuhören, sich Respekt und Wertschätzung zu zeigen», ergänzt Monika Hildebrand. Gleiches galt für die Kommunikation zwischen Mitarbeitenden und Bewohnern. Die dafür im Betreuungskonzept vorgesehenen Gefässe – Bewohnerrat, Hauskommission und Stockwerkgespräche – mussten erst entwickelt werden.

Das auf Selbstbestimmung und Individualität basierende Betreuungskonzept verunsicherte zu Beginn viele Mitarbeitende. «Für mich war das Konzept der Selbstbestimmung nichts Neues», wirft Beatrice Schultz ein. «Während man bei der Spitex aber nur einen kleinen Ausschnitt des Lebens mitbekommt, wird man im Meilihof mit den unterschiedlichsten Lebensbereichen der Bewohner konfrontiert.»

Die Betreuungspersonen mussten lernen, mit der Eigenverantwortung der Bewohner umzugehen. Einige Mitarbeitende fragten sich, ob sie trotz der Eigenverantwortung des Bewohners zur Verantwortung gezogen werden könnten. Die Bewohner wiederum mussten lernen, ihre Bedürfnisse zu artikulieren und sich in der Alltagsgestaltung einzubringen. «Während in einem Spital die Pflege nach einem Schema erfolgt, muss im Meilihof alles individuell abgesprochen werden», ergänzt Monika Hildebrand, «das war für viele Mitarbeitende gewöhnungsbedürftig.» Hilfreich war, dass sie bei Unsicherheiten jederzeit auf das Know-how der

Beatrice Schultz,  
rechts

Monika Hildebrand,  
unten



anderen Wohnhäuser der Stiftung WFJB zurückgreifen konnten. «Vieles konnten wir natürlich nicht 1:1 auf den Meilihof übertragen. Erstens, weil jedes Wohnhaus seine eigene Umgebung hat, und zweitens, weil man gewisse Erfahrungen selbst machen muss.»

Mittlerweile ist der Meilihof eine gut funktionierende Organisation. Die Mitarbeitenden der Betreuung können sich auf ihre Kernaufgaben konzentrieren und die Möglichkeiten der vorhandenen Ressourcen voll ausloten. Die erweiterte Betriebsleitung mit dem Ressort Beschäftigung hat sich bewährt. Es ist immer jemand der Leitung anwesend und Entscheidungen können getroffen werden.

Die Stimmung im Meilihof zeugt dafür, dass sich Bewohner und Mitarbeitende wohlfühlen. «Wir haben viel Trauriges, Lustiges und Berührendes erlebt», resümieren die beiden Ressortleiterinnen. «Inzwischen hat der Meilihof eine eigene Geschichte, einen eigenen Charakter und eigene Traditionen, auf die wir stolz sind.»



## Neue Kartenkollektion mit künstlerischem Flair

Seit 1999 haben die Bewohnerinnen und Bewohner der Stiftung WFJB über 175 Kartensujets entworfen. Sie haben darin Stimmungen, Eindrücke und Gefühle festgehalten und in ihrem ganz persönlichen Stil gestaltet.

Der Erfolg der Kartenkollektion bedeutet für die kreativen Malerinnen und Maler eine grosse Anerkennung für ihre Arbeit. Und natürlich sind sie stolz, wenn sie die qualitativ hochwertigen Karten an Märkten ausgestellt sehen. Bis heute wurden Tausende von Karten verkauft und von treuen Kunden in die ganze Welt verschickt.

Die neuen Motive bestehen einmal mehr durch ihre Vielfalt und Aussagekraft. Sie zeugen für eine lebendige künstlerische Auseinandersetzung mit unterschiedlichen Sujets, Formen und Farben, welche die Malerinnen und Maler immer wieder neu inspiriert.

Werfen Sie einen Blick in den beiliegenden Prospekt! Die Karten können mit der beiliegenden Karte oder auf [www.meilihof.ch](http://www.meilihof.ch) im Format A5 und A6 bestellt werden. Wir freuen uns auf Ihre Bestellung!



*Karte mit Kerzenmotiv von  
Roland Maag*

## Rückblick auf das Jubiläumsfest 20 Jahre Bärenmoos

Das Wohnhaus Bärenmoos feierte am letzten Samstag im Juni anlässlich des traditionellen Tags der offenen Tür sein 20-jähriges Jubiläum.

Über 500 Besucher nahmen die Einladung an. Hausführungen und eine Fotoshow mit Eindrücken aus den letzten 20 Jahren erlaubten ihnen, das Wohnhaus und dessen Geschichte näher kennen zu lernen. Das Bärenmoos verwöhnte die Besucher mit allerlei Köstlichkeiten aus der Küche und einer ebenso farbenfrohen wie stimmungsvollen Bilderausstellung der Bewohnerinnen und Bewohner. Für gute Stimmung sorgten die Steelband Puravida und ein kunterbuntes Kinderprogramm.

Der Höhepunkt des Jubiläumsfestes war der Auftritt der Rollisingers. Sie hatten für das Jubiläum eine eigene Textversion zum Song «Que sera» gedichtet, mit der sie



*Die Rollisingers unter der Leitung der Hausleiterin Esther Hilbrands*

eine phantasievolle Zeitreise in die Zukunft wagten. Ihr Fazit zu den verschiedenen Szenarios war jedoch klar: Das Leben und die Betreuung sollen im Bärenmoos bleiben, wie sie sind!

Wir danken allen, die das Bärenmoos in den letzten 20 Jahren ideell und finanziell unterstützt haben, und freuen uns auf weitere 20 Jahre!