

# LEBENS FREUDE

## Jahresbericht 2023



**Januar 2024**

Bereits sind mehr als zehn Jahre vergangen, seit die «Lebensfreude» ins Leben gerufen wurde. 2011 als Verein gegründet, fanden bis Mitte 2012 die ersten Pilotbesuche und die ersten Schulungen statt. Mitten in der Corona-Pandemie hätten wir also Jubiläum gefeiert – haben uns dann entschieden, dass sowieso jeder einzelne Besuch bei den Menschen in einer Pflegeeinrichtung ein ganz besonderer Anlass ist und wir separat gar nicht Geburtstag feiern müssen.

Wir stecken nach wie vor voller Herzblut und Pläne, doch schauen wir manchmal gerne zurück, dankbar, dass sich unsere Ideen und Aktivitäten so entwickeln durften.

An dieser Stelle danken wir allen Unterstützern und Unterstützerinnen sowie allen Helferinnen und Helfern sehr, sehr herzlich.

Die Nachfrage ist grösser denn je, die «Lebensfreude» ist heute in über 60 Heimen unterwegs. Wir gehen den Weg weiter und feiern im Herzen jeden einzelnen Besuch.

Herzlichst,

Christine Lienhard  
Mit-Gründerin und Präsidentin

## Stimmen aus der Fachwelt



Christoph Rada  
Leiter Aktivierung

«Die Lebensfreude-Clowns kommen monatlich zu uns und sind sehr gern gesehene Gäste. Sie leben «Lebensfreude» durch und durch. Schon bei ihrer Ankunft in unserem Büro und Aktivierungsraum, der auch als Garderobe dient, erfüllen Sie den Raum mit einem wunderbaren Strahlen und herzlicher Energie.

Es ist sehr faszinierend wie die beiden jeweils jedes einzelne Gegenüber einschätzen und abholen können und dies in einer unglaublichen Vielfalt. Sie spüren schnell, unabhängig von der Stärke der Beeinträchtigung, was die Person braucht oder nicht und begegnen allen auf Augenhöhe.

Sie verwenden dafür Musik, ein Gegenstand, ein warmes Wort oder ganz einfach Ruhe und Geduld. Ihre Flexibilität ist beeindruckend.

Ich denke, dass ihre Authentizität und die grosse Wertschätzung und Empathie, mit der sie unseren Gästen begegnen alle berührt und sie deswegen auch stets mit Freude erwartet werden.

Besonders schätzen wir in der Friedau, dass sie auch «saisonal» unterwegs sind und die Bewohnenden nicht mit Themen verwirren, die überhaupt nicht zur Jahreszeit passen. So kommt es gar vor, dass Bewohnende beim Eingang auf die Lebensfreude-Clowns warten um ihnen dann durchs ganze Haus nachzureisen».

Auf unserer Website [www.stiftung-lebensfreude.ch](http://www.stiftung-lebensfreude.ch) unter der Rubrik „über uns“ stellen sich alle Lebensfreude-Clowns vor. Auch die ehrenamtlichen Mitglieder unseres Stiftungsrates sind dort aufgeführt.



## Der Mensch im Zentrum

### Lebensfreude-Clowns über ihre Arbeit

**Elsi Lebensfreude**  
alias Greta Turnherr



«Ich bin sehr dankbar und glücklich, dass ich bei der Stiftung Lebensfreude als Clown Elsi in die verschiedenen Altersheime zu Besuch gehen darf. Obwohl ich erst seit 4 Jahren dabei bin, fühlte es sich von Anfang an vertraut an und ich fühle mich gut aufgehoben.

Ich genieße es sehr in die Welt meiner Clownfigur Elsi einzutauchen und das beginnt schon bei der Kleiderwahl. Ich mag die Abwechslung und passe die Kleider gerne der Jahreszeit oder einem bestimmten Motto an. Sind die Erdbeeren reif, ziehe ich mir das Erdbeerenkleid an, dasselbe mit den Kirschen. Im Winter sind die gestrickten bunten, langen Socken dabei, im Sommer dürfen die Rosen, Margeriten und die Sonnenblumen nicht fehlen. Gerne mache ich Accessoires auch selber.

Die BewohnerInnen staunen und freuen sich über die Farbenpracht oder sprechen lobend über meine zu Zöpfen geflochtenen Haare. Dann erinnern sie sich an ihre Jugendzeit und es entstehen Geschichten. Es sind echte und ehrliche Situationen und Gespräche, die immer wieder herzergreifend sind. Ich spüre, dass es den BewohnerInnen wohl ist und unsere Begegnung ihnen den Alltag versüßt. Mir ist es wichtig, dass ich mit Würde den Bewohnern gegenüber trete und sie immer ernst nehme.

Manchmal gibt es Momente, vor allem, wenn wir die Demenzabteilung besuchen, dass durch kleinste Berührungen oder ein leises Lied, auf einmal eine Veränderung im Gesichtsausdruck zu erkennen ist. Diese Momente sind magisch und berühren mich tief im Herzen. Besonders schön ist es, wenn auch das Personal erfreut ist, wenn sie die Reaktion miterleben.

Ich erinnere mich an einen besonders berührenden Besuch in einem Zimmer bei einer unheilbar kranken Frau. Sie war bettlägerig und das Personal war sich nicht sicher, ob es angebracht sei, sie zu besuchen oder nicht, meinten aber, dass wir, meine Clown Kollegin Trudi und ich, es versuchen sollten. Als wir leise und behutsam ins Zimmer traten und sie begrüßten, war die Frau voller Freude und klatschte in die Hände vor Überraschung. Sie war begeistert, dass sie von uns Clowns einen Besuch bekam. „Extra für mich!“ sagte sie. Wir stimmten ein kurzes Lied vom Berner Oberland an und schon sang sie mit und erzählte freudig von früher, als sie mit ihrem Ehemann da war. Letzterer stand, tief berührt, mit der Tochter im Zimmer, mit Tränen in den Augen. Tränen, seine Frau so glücklich und voller Kraft zu erleben und gleichzeitig zu wissen, dass sie nicht mehr lange leben würde. Beim Abschied, bedankten sich der Ehemann und die Tochter immer wieder und erwähnten wie wertvoll und passend dieser Besuch von uns gewesen sei. Sie sagten, es war so wundervoll, dass sie die Mutter nochmals so fröhlich erleben durften. Mich hat dieser Besuch sehr berührt und ich war tief dankbar, dass wir dieses grosse Vertrauen erhalten haben, eine unheilbar kranke Frau zu besuchen und Freude und Trost in einem schenken durften.»



## Coachings – wichtig und wertvoll



Felix – alias Antonio Morano (I), ist Mitgründer der Stiftung Lebensfreude und künstlerischer Leiter. In seiner Funktion leitet er, gemeinsam mit Christine Lienhard (r), die Stiftung. Er koordiniert sämtliche Besuche mit den Clown-Teams und steht in täglichem Austausch mit dem Büro in Frauenfeld. Antonio Morano ist ein sehr erfahrener Lebensfreude-Clown. Von seiner grossen Erfahrung und ständigen Bereitschaft sich weiterzuentwickeln profitiert die ganze Organisation. Antonio steht auch als Coach im Einsatz:

«Coachings geben mir Sicherheit. Sie sind eine Art Momentaufnahme von meinem Können. Ich erfahre, ob ich so wirke wie ich mir das vorstelle und sie sind eine einmalige Chance und Hilfe um an mir zu arbeiten und zusätzliches Vertrauen zu gewinnen.

Dabei spielt natürlich der oder die Coach eine grosse Rolle. Mariella de Matteis, die mit uns auch schon diverse Weiterbildungen gemacht hat, coacht auf eine sehr konstruktive und positive Art und Weise. Mein Vertrauen in sie ist gross und es ist ein Privileg, mit ihr zu arbeiten. Sie filmt uns jeweils während der Besuche und wir besprechen die Aufnahmen direkt im Anschluss an den Einsatz.

Das Material wird dann selbstverständlich sofort wieder gelöscht. Sich dank der Videos selber zu beobachten und darüber auszutauschen ist wirklich bereichernd und kann auch bestärken, nicht nur Schwächen aufzeigen, das ist ebenfalls sehr hilfreich!

So ist es bei uns vor kurzem zum Beispiel passiert: Mit Elsi waren wir bei einer sehr komplexen, kleinen Gruppe im Einsatz und wir hatten im Nachhinein das Gefühl, dass wir es mehr oder weniger ok gemacht hätten aber nicht mehr und nicht weniger. Eine Person sprach nonstop, die andere war sehr zurückgezogen, jemand konnte sich überhaupt nicht bewegen, jemand war völlig apathisch und jemand forderte ständige Aufmerksamkeit von uns.

Mariella hat uns danach das Video gezeigt und wir durften realisieren, dass wir in einer Gruppe von Menschen, die allesamt sehr schwach waren aber sehr unterschiedliche Bedürfnisse und Energielevels hatten, alle gut und individuell erreichen konnten. Das ist sehr bestärkend und tut gut zu sehen.

Selber bin ich auch gerne als Coach unterwegs. Ich versuche dann in die Rolle des Gegenübers, beziehungsweise der betroffenen Person zu schlüpfen und die Wirkung aus ihrer Sicht zu spüren. Es ist für mich sehr interessant, dies zu erleben und mit den Kolleginnen und Kollegen auszutauschen. Ich profitiere selber mindestens so viel davon wie das gecoachte Team.

Mein Blick zurück: ich kann es kaum fassen, dass schon mehr als 10 Jahre vorbei sind! Ich glaube, dass wir auf uns stolz sein dürfen. Alle haben sich weiterentwickelt und wir haben unglaublich viele Erfahrungen gesammelt, die man in keiner Schulung lernen kann. Die Verbindung zwischen Christine Lienhard und mir ist einmalig. Ohne dieses gegenseitige Vertrauen und diese gleiche Wellenlänge wäre es schwer, die ganze Arbeit zu stemmen. Ich kann wirklich sagen, wir harmonieren super und ich bin sehr dankbar, dass wir die Lebensfreude so zusammen leiten dürfen.





Gerri Meier

Langjähriger Heimleiter, Kanton Zürich  
Stiftungsrat der Stiftung Lebensfreude

«Bewohnende des Pflegezentrums sitzen im Wohnzimmer. Eine Frau tritt ein – sie trägt elegante, bunte Kleider, originelle Schuhe und eine rote Nase; auf dem Kopf ein Hut wie ein Blumengarten, so schön. Die Frau strahlt und lebt pure Lebensfreude! Mit sehr viel Empathie tritt sie auf die Bewohnerinnen und Bewohner zu, spricht jede Person einzeln freundlich und sehr wertschätzend an, singt mit ihnen oder erstaunt sie mit kleinen Überraschungen. Ein frohes Lachen erklingt. Die Arbeit der Lebensfreude-Clowns beginnt!

Es ist spannend und sehr berührend, zu sehen wie die Menschen die an einer Demenz erkrankt sind auf die Lebensfreude-Künstler reagieren, wie sie mitsingen, teilweise mittanzen oder einfach über das ganze Gesicht strahlen. Man spürt, dass die Clowns gut geschult, professionell und gleichzeitig sehr authentisch und voller Freude sind. Sie wissen wie sie die Betroffenen ansprechen und erreichen können und wie sie mit ihnen umgehen sollen – auch, oder gerade in schwierigen Situationen.

Das motiviert mich in der Stiftung Lebensfreude mit zu machen. Ich habe erlebt, dass die Menschen mit einer dementiellen Erkrankung Musik, manchmal gar Tanz oder ihre kleinen persönlichen Feste erleben und sie geniessen können - ganz nach ihren individuellen Möglichkeiten, im Hier und Jetzt. Die Lebensfreude-Clowns nehmen die Bewohnenden ernst und haben ein besonderes Flair um den Draht zu jedem einzelnen zu finden. Die Stiftung ermöglicht den Pflegezentren und Heimen, bei einer günstigen Gage gut ausgebildete Clowns zu engagieren.

Bei meiner langjährigen Tätigkeit im Pflegezentrum habe ich ein breites Fachwissen und viel Erfahrung im Umgang mit Menschen gesammelt, die an einer Demenz leiden. Gerne teile ich dieses Wissen als Stiftungsrat.

Die Aufgabe als Stiftungsrat gibt auch mir Lebensfreude! Und – es gibt noch viel zu tun! Danke allen, die sich engagieren und einsetzen Lebensfreude in den Alltag der Menschen mit einer Demenz zu bringen.»



Rose Lebensfreude



## Dankeschön!

Ohne die wertvolle Unterstützung der Spender und Spenderinnen wäre es unmöglich, die unzähligen Lebensfreude-Momente zu bescheren. Dafür sagen wir von Herzen **DANKE!**



Dieter Bachmann  
CEO Gottlieber Spezialitäten AG

«Wir freuen uns sehr, dass die Gottlieber Spezialitäten AG die Stiftung Lebensfreude unterstützen darf, und es gibt mehrere Gründe, dies zu tun:

**Der sinnvolle Einsatz** der Gelder: Die Stiftung gewährleistet, dass die Spenden und Gelder sinnvoll und effektiv verwendet werden. Dies stellt sicher, dass die Unterstützung möglichst schnell einen positiven Einfluss hat.

**Freude und Glück** schenken: Die Stiftung trägt dazu bei, Freude und Glück in das Leben von älteren Menschen zu bringen, die mit einer Demenz oder einer Beeinträchtigung konfrontiert sind. Wir freuen uns sehr, Momente des Lächelns und der Freude schenken zu dürfen.

**Ausgebildete Clowns:** Die Tatsache, dass die Clowns der Stiftung sorgfältig rekrutiert und geschult werden zeigt, dass die Hilfe gewissenhaft und gezielt bereitgestellt wird. Dies gewährleistet, dass die Unterhaltung und Ablenkung, die sie bieten, für die Empfänger von echtem Wert ist und nicht an ihnen «vorbeispielt»»

**Leidenschaft und Engagement** der Mitarbeitenden: Die Leidenschaft und Hingabe der Mitarbeitenden der Stiftung sind bewundernswert und das Team der Stiftung Lebensfreude zeigt ein unglaublich hohes Engagement für seine Mission.

Unsere Unterstützung trägt einen Teil dazu bei, dass die Stiftung ihre Arbeit fortsetzen und ausbauen kann.

**Machen Sie auch mit?** Durch Ihre Unterstützung der Stiftung Lebensfreude tragen Sie dazu bei, das Leben von Menschen zu verbessern und Freude in schwierige Lebenssituationen zu bringen.

Ihre Entscheidung, die Stiftung zu unterstützen, hat einen positiven Einfluss auf die Gemeinschaft und ist lobenswert.»

Jede Spende, jeder Einsatz unseres Teams von Ehrenamtlichen ist für uns wertvoll. Den Clowns, die alle übers Jahr den einen oder anderen Einsatz absolut ehrenamtlich erfüllen, danken wir herzlich. Und nicht zuletzt auch dem ehrenamtlichen Stiftungsrat, der sich, ohne jegliche Spesen zu erhalten, für die Stiftung engagiert.

## Engagiert zugunsten der Stiftung Lebensfreude



Der Club Innerwheel Olten hat zugunsten der Stiftung Lebensfreude gleich zwei Aktionen durchgeführt. Die Mitglieder verkauften Autobahnvignetten etwas teurer als dem offiziellen Preis und organisierte eine wunderbare Standaktion mit diversen Leckereien. Vielen Dank nach Olten!

### Pepe's Big Band Christmas zugunsten der Stiftung Lebensfreude Konzert und CD mit Download-Code

Im Dezember fand in Frauenfeld ein Weihnachtskonzert der Pepe Lienhard Big Band, und den Vocals Dorothea Lorene, Pino Gasparini und Kent Stetler, sowie dem Gesangsquartett «The Sam Singers» zugunsten der Stiftung Lebensfreude statt. Das ganze ehrenamtliche Team war im Einsatz und half bei der Kasse, Platzanweisung, Garderobe und CD-Verkaufsstand.

Bereits im Spätsommer 23 hatte die BigBand ein Album mit Weihnachtsliedern veröffentlicht. Der Erlös aus dem CD-Verkauf geht, auch in der Zukunft, vollumfänglich an die Stiftung Lebensfreude. Die CD verfügt über einen Download-Code, damit alle die Musik auf dem Hörsystem ihrer Wahl hören können.

Die CD kann bestellt werden:  
[www.pepelienhard.ch](http://www.pepelienhard.ch) CHF 25.- + Porto/  
Stk oder E-Mail an [shop@pepelienhard.ch](mailto:shop@pepelienhard.ch)

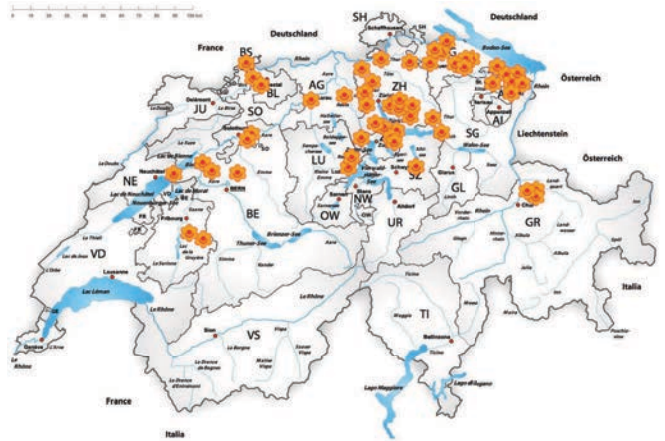
Das Weihnachtsprojekt war die Gelegenheit, eine PR-Kampagne zu lancieren um die Stiftung einem breiteren Publikum bekannt zu machen. Die Unterstützung von Pepe Lienhard hat zahlreiche Presse Artikel, sowie Sendungen bei Radio und Lokalfernsehen ermöglicht. Die Rückmeldungen waren sehr positiv, hat in Sachen Spenden jedoch nichts gebracht. Allerdings sind diverse Pflegeheime dadurch auf die Stiftung Lebensfreude aufmerksam geworden und haben uns kontaktiert.

Fazit: der Aufwand um die PR-Geschichte zum bekommen und zu organisieren ist sehr gross, vor allem sehr zeitintensiv – der «return on investment» ist finanziell jedoch nicht lohnend. Trotzdem ist es möglicherweise interessant, immer wieder mal etwas PR zu machen und die Bekanntheit auch auf Seiten der betroffenen Angehörigen und Spender versuchen zu stärken. Das muss jedoch so gezielt wie möglich stattfinden. 2024 wird Christine Lienhard wieder vermehrt Vorträge/Präsentationen machen und somit die Leute persönlicher und direkter versuchen zu erreichen.





## Wo die „Lebensfreude“ zu Besuch ist



**Claudia Hugentobler** (rechts im Bild) hilft als Ehrenamtliche mit

«Ich bin begeistert von Eurer Arbeit! Betagten Menschen mit einer Demenz oder einer Beeinträchtigung frohe Augenblicke zu schenken ist etwas vom schönsten. Ihr macht es mit so viel Liebe, Empathie, Humor und Freude. Mich macht es glücklich, wenn ich euch ehrenamtlich unterstützen darf – wie zum Beispiel am Greuterhofmarkt oder anderen Anlässen zugunsten der Stiftung.»

## Wie oft und wo die Lebensfreude zu Besuch ist

2023 nahm die Anzahl Besuche wieder stetig zu und erreichte knapp 340. Die Planung hat sich etwas stabilisiert. Kurzfristigkeit bleibt bei manchen Institutionen jedoch die "Normalität". Entsprechend ist beim Team und der Administration Flexibilität gefragt.

## Transparenz

Unsere Jahresberichte, Statuten, Jahresrechnungen, Revisionsberichte und Steuerbefreiung finden Sie jederzeit auf unserer Website [www.stiftung-lebensfreude.ch](http://www.stiftung-lebensfreude.ch) unter der Rubrik „Transparenz“. Sollten Sie weitere Auskunft wünschen stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung unter: [office@stiftung-lebensfreude.ch](mailto:office@stiftung-lebensfreude.ch) oder Tel. 044 221 32 69  
Wir freuen uns.

## Administration

Nicole Schneuwly hat das administrative Team im Sommer 23 verlassen. Wir sind Ihr für das Engagement über rund 5 Jahre sehr dankbar. Tanja Kutsenko ist seither im Büro in Islikon und kümmert sich in einem 20% Pensum um diverse administrative Aufgaben und betreut die Datenbank. Wir sind sehr glücklich, dass sie zu unserem Team gestossen ist.



Stiftung Lebensfreude

Laubgasse 45, 8500 Frauenfeld  
044 221 32 69

[office@stiftung-lebensfreude.ch](mailto:office@stiftung-lebensfreude.ch)

[www.stiftung-lebensfreude.ch](http://www.stiftung-lebensfreude.ch)

PC 61-95446-4

IBAN CH64 0900 0000 6109 5446 4