

Freiraum...Freiraum...Freiraum...  
Die Freiheit, Raum zu haben. Raum  
einnehmen, sich den Raum geben  
... nehmen. Den Freiraum, sich  
selber zu entfalten, sich den Raum  
zu gönnen und einfach zu sein.

Neun Personen mit Begleitung, die  
im Tannacker leben, zeigen ihren  
ganz persönlichen Freiraum. Was  
ist ihnen wichtig? Wo nehmen und  
geben sie sich Frei-Raum? Wir  
lassen die Bilder für sich sprechen...

# HANDLUNGSFREIHEIT

Leitartikel von  
Claus Detreköy, Direktor



**Unten  
findest du  
diesen Text  
in leichter  
Sprache.**



Ich solle doch in der Tannacker-Zeitung zum Thema «Freiraum» über die kantonalen Vorgaben sowie die finanziellen Rahmenbedingungen der Stiftung Tannacker schreiben, so eine Stimme bei der Vorbereitung der neuen Ausgabe der Tannacker-Zeitung. Welches Gefühl führte wohl zu dieser Aussage? Ein Gefühl des Ausgeliefert-Seins? Ein Gefühl des Aufbegehren-Wollens?

Natürlich kann man sich über Einschränkungen ärgern, insbesondere wenn Menschen mit Beeinträchtigungen, die einen Wohn- und Arbeitsplatz benötigen, wie Bittsteller von Institution zu Institution pilgern müssen und gleichzeitig Institutionen daran gehindert werden, neue Plätze zu schaffen.

Wir können mit Rahmenbedingungen zufrieden oder unzufrieden sein. Es braucht sie. Gute Rahmenbedingungen gewährleisten Fairness und Sicherheit für Menschen, Betriebe, Organisationen und Länder. Gute Rahmenbedingungen begünstigen zugleich Kooperation, gesunde Entwicklung und lebendige Vielfalt. Mich leitet in Bezug auf die Stiftung Tannacker das Gefühl eines Spielraums mit Tausenden von Möglichkeiten. Dieser Jahresbericht zeigt dies in



Form zahlreicher freier Räume im Denken, Fühlen und Handeln beispielhaft auf. Gehen Sie auf Entdeckungsreise!

\* \* \*

Während ich diese Zeilen schreibe, hat die Bedeutung von «Freiraum» eine andere Dimension angenommen. In diesen Wochen und Monaten sind Geschäfte geschlossen, sportliche und kulturelle Anlässe abgesagt, der öffentliche Verkehr eingeschränkt, Spitäler überlastet und Menschen dazu aufgefordert, zu Hause zu bleiben. Allgemeines Credo: Hygiene und Distanz. Die Coronavirus-Pandemie hat das Leben mit einem Schlag weltweit verändert. Die Stiftung Tannacker verbietet Besuche, stoppt Aufnahmen und die Mitarbeitenden tragen während der Begleitung von gesundheitlich gefährdeten Menschen Hygienemasken. Vor wenigen Wochen absolut unvorstellbar.

Räume werden mit einem Mal eng oder weit. Wie halte ich es nur aus, wochenlang zu Hause eingeschlossen zu sein und keine Freunde zu treffen? Wann sehe ich meinen Sohn oder meine Tochter wieder? Wie soll ich mit der vielen Zeit umgehen, die mir plötzlich zur Verfügung steht? Wie bezahle ich meine Rechnungen ohne Arbeit und Aufträge? Kann ich bei der Arbeit versehentlich jemanden anstecken? Wie geht es weiter? Wann ist es vorbei?

## 3011 hiuft

Sollten Sie zur Risikogruppe des neuen Coronavirus gehören, (namentlich: über 65 und/oder folgende Vorerkrankungen: Bluthochdruck, Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, chronische Atemwegserkrankungen, Erkrankungen und Therapien, welche das Immunsystem schwächen, sowie Krebs) rät das BAG dringend, dass Sie sich nicht zu sehr exponieren.

Wir sind eine Gruppe von Menschen, die nicht der Risikogruppe angehören und Sie gerne unterstützen möchten:

Sollten Sie also Unterstützung brauchen (Einkauf, Medikamente besorgen, andere Tätigkeiten in der Öffentlichkeit, Hundespaziergang) freuen wir uns, Ihnen zu helfen.

Sollten Sie sich um Ihre Kinderbetreuung nach der Schulschliessung sorgen, können Sie uns ebenfalls kontaktieren.

Kontaktiert uns per Anruf, WhatsApp oder SMS:

Ein schönes Beispiel einer Solidaritäts-Aktion. Der Anschlag hängt an Türen und Mauern in der Berner Altstadt.

Ängste entstehen, Grenzen werden hochgezogen und Egoismen zeigen sich. Doch gleichzeitig wächst ein besonderer Raum der Menschlichkeit: Die Solidarität. Nachbarschaftshilfe und Freiwilligenarbeit blühen auf, fremde Personen lächeln sich auf der Strasse zu.

Irgendwann werden wir zurückblicken – und vergessen. Doch unser Handlungsspielraum im Leben bleibt. Er ist immer da, bei jedem Menschen, jeden Tag, in der inneren Freiheit, im Miteinander und in dem, was wir tun. Ein Spielraum der Tausenden von Möglichkeiten.

## Titelseite

Das Lenkungsgremium\* hat sich im Tannacker auf die Suche nach Freiraum gemacht. Dabei hat es entdeckt, dass Freiraum etwas sehr Persönliches ist:

Antoinettes Freiraum findet sich in bunten Heftli.

Ruedis Freiraum ist das Zeichnen und Malen.

Andreas Freiraum entsteht, wenn er dirigiert.

Edys Freiraum sind Geburtstage und das Happy Birthday singen.

Ueli schafft Freiraum, wenn er am PC schreibt.

Eliane findet weiten Freiraum auf ihrer Morgenrunde.

Peter findet unterhaltenden Freiraum beim Fernsehen.

Karins gemüthlicher Freiraum heisst Chillen.

Michi findet den Rhythmus seines Freiraums mit Trommeln.

\* Das Lenkungsgremium kümmert sich um die Umsetzung des «Konzepts Funktionale Gesundheit», auch «Teilhabe-Konzept» genannt. Zum Lenkungsgremium gehören Andrea Fiechter, Kathrin Wyss, Anja Geissbühler, Ursula Burri, Monika Studer (abgelöst im April 2020 durch Johannes Frei) und Stefanie Glauser.



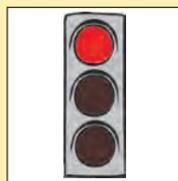
## In leichter Sprache: **Einschränkungen und Freiheit**



### Einschränkungen

In unserem Leben gibt es Regeln.

- Die sagen uns, was wir dürfen.
- Und was wir nicht dürfen.



Einige Regeln ärgern uns.  
Weil sie unsere Freiheit einschränken.

Aber Regeln sind auch gut.

- Sie gelten für alle.
- Sie geben uns Sicherheit.



Regeln sind nicht nur Verbote.

- Sie sagen, was möglich ist.
- Sie sagen, wie wir zusammen etwas tun können.

### So geben Regeln uns Freiheit.

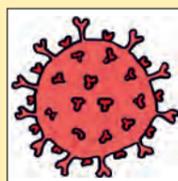


In dieser Tannacker-Zeitung zeigen wir viele Beispiele.

- Was man im Tannacker alles tun kann.
- Es gibt viel freien Raum für uns alle.



## In leichter Sprache: **Corona-Virus**



### Krankheit

Plötzlich ist eine neue Krankheit gekommen.  
Sie heisst Corona-Virus.



Viele Menschen haben Angst vor dem Corona-Virus.

Es gibt keine Medikamente.  
Wir müssen uns anders schützen.  
Damit wir nicht krank werden.



Es gibt neue Regeln.

- Die Leute dürfen uns nicht mehr besuchen.
- Es gibt keine Anlässe mehr.
- Wir gehen nicht mehr einkaufen.

Diese Regeln sind schwierig für uns.

- Sie gefallen uns nicht.
- Sie machen uns Angst.

Aber diese Regeln sind auch gut.

- Sie schützen uns.



Und es gibt noch mehr Gutes.

- Die Menschen sind freundlich zueinander.
- Die Menschen helfen einander.

### Zukunft

Einmal wird der Corona-Virus vorbei sein.  
Dann werden wir wieder Freiheit haben.

Freiheit mit guten Regeln.

Regeln, die Sachen möglich machen.

- Wir machen Sachen zusammen.
- Wir helfen einander.
- Wir wissen, was wir wollen.
- Wir wissen, was wir können.



Es gibt Tausende von Möglichkeiten.

Mehr als wir denken können.

# RÜCKBLICKE + ERINNERUNGEN ZUM JAHR 2019

## Tobias Luz

### Besuch

Es hat Spass gemacht, als Sozialpraktikantinnen im Atelier zu Besuch waren. Die haben mit mir alleine gearbeitet. Ich habe es gerne, wenn Besuch ins Atelier kommt.

### Radio

Ich bin an einem Radio-Kurs von Radio Rabe in Bern gewesen. Das war cool. Ich bin mit dem Betax alleine nach Bern gefahren an einem Abend in der Woche. Wir haben ein Quiz gemacht für am Radio. Einen Ausflug in die Heitere Fahne in Wabern haben wir auch gemacht. Dort haben wir Sachen aufgenommen über die Heitere Fahne. Wir haben Interviews gemacht.

Link auf die Sendung:  
<https://rabe.ch/2019/04/05/happy-radio-on-air-4>

### Fasnacht

An der Fasnacht war ich als Polizist verkleidet. Ich wäre gerne Polizist.

## Isabelle Gehrig

### Ein Konzert

Die «Altstadtmusikanten», also die Konsiband, hat in der Heiteren Fahne in Wabern ein Konzert gespielt. Danach haben wir an der Disco zusammen getanzt.

### Und noch ein Konzert

In Zürich hatten wir auch ein Konzert. Es gab eine Dia-Show, in der Shangar vorkam. Da gab es sogar Wein zum Beissen\*. Sarah kam auch mit. Es war schon die ganze Woche vorher eine grosse Aufregung deswegen.

\* Aperitiv mit Häppchen

## Thomas Getzsch

### Konzert

In Bern war ich auch am Konzert von der Konsiband, ich finde sie gut.

### Ferien

Ich gehe in die Sommerferien. In die Winterferien geh ich nicht mehr mit.

### Rust

Ich war in Rust und bin dort Bahnen gefahren, Bob-Bahn und Geisterbahn, die gehen rauf und runter. Wir haben ein Hotel gehabt, das war alles ein Gebäude bis hinten durch, danach Wasser und dann wieder Hotel – wie in Italien. Wir sind mit dem Car mitgefahren. Meiner Freundin habe ich eine Tasse heimgebracht.

## Atelier Textil/Papier

### Hitze

Im Sommer war es so heiss. An einem Tag 37° Grad. Wir sind mit dem Atelier an einem Donnerstag-Nachmittag in den Moossee baden

gegangen. Zuerst war die Chefin streng, weil sie wollte, dass wir die Sicherheits-Bestimmungen einhielten. Aber wir fanden eine Lösung und konnten diese einhalten. In der Badi haben wir UNO gespielt und rasch neue Kontakte geknüpft. Wir haben im Wasser Haifische gespielt, und alle hatten Angst vor uns im Wasser. Es war so heiss an diesem Tag, dass wir ein Auto nehmen durften, damit wir nicht in der Hitze wieder vom Moossee hochlaufen mussten, und konnten so ohne grosse Anstrengung hin und wieder zurück.

## Ruedi Ruchti

### Bauernhof

Es ist mein grosser Wunsch, auf einem Bauernhof mitzuhelfen. Auswärts arbeiten wäre schön, auf einem Bauernhof. Ich setzte mich dafür ein und bin mit meinem Wunsch zu Claus ins Büro gegangen.

## Selma Bengü

### Doktor

Ich war lange daheim und habe viel mit meinen Puppen gespielt. Ich musste ein Foto machen beim Doktor vom Bein. Ich habe mich gefreut, wieder zur Arbeit zu kommen.

### Fasnacht

An der Fasnacht habe ich ein Kleid getragen für die Disco.

## Daniela Rothenbühler

### Arbeit

Ich habe viel mit Marken gearbeitet und Verzierungen von Büchern gemacht. Genäht habe ich auch. Der Atelierwechsel ist gut gewesen. Ich habe auch schon in meinem alten Atelier gearbeitet, wenn jemand krank war, das kenne ich schon von vorher.

### Abschied

Ich bin traurig, wenn jemand geht vom Team. Schön, wenn sie noch zum Essen kommen.

### Defekt

Ich war hässig als der Lift nicht ging.

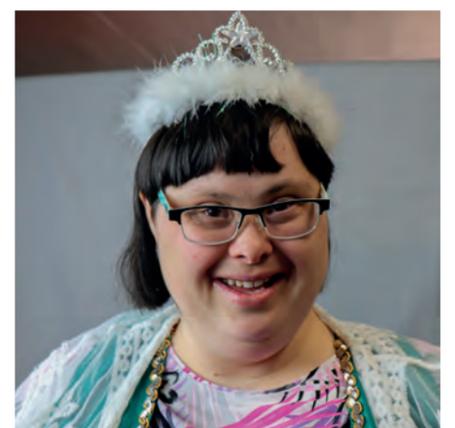
### Maniküre

Schöne Fingernägel sind mir wichtig.

## Daniel Finger

### Weisch no ...

Ich sitze oft in der Cafeteria mit meinem Eisenbahnbuch oder CD's und freue mich, wenn jemand dazu sitzt. Gerne tausche ich Erinnerungen aus und frage: «Weisch no, wo mir...?»



Texte gesammelt  
von Erika Marong  
im Januar 2020.

# FREIEN RAUM SCHAFFEN

Annelise Widmer  
Gruppenleiterin

Draussen ist es trüb, nasskalt und neblig. Genau der richtige Moment, um ein Regal aufzuräumen. Es ist bereits so überfüllt, dass ich stets etwas beiseitestellen muss, um das Gewünschte hervorzuheben. Es nervt mich schon längere Zeit. Nun habe ich den Freiraum, dies zu erledigen.

Eine grosse Schachtel, die viel Platz versperrt, ist mir schon längst ein Dorn im Auge. Ich weiss, sie enthält Gegenstände von früher. Bestimmt alles für die Brockenstube oder den Flohmarkt, ist mein erster Gedanke. Sicherheitshalber öffne ich sie und werfe einen Blick hinein.

Oh, was sehe ich da, mein Teddybär, der mich mit seinen treuen Augen ansieht. «Weisch no ...» Er ist etwas abgeliebt, aber dennoch wunderschön. Kein Wunder, hat er mich doch des Öfteren getröstet und mir zugehört, wenn ich traurig war. Sachte lege ich ihn wieder zurück.

Ich entnehme einen weiteren Gegenstand. Es ist ein umstrickter Kleiderbügel. Meine Gedanken

schweifen ab, und ich sehe meine Grossmutter vor meinen Augen. Sie hat mir Schritt für Schritt das Stricken liebevoll und mit viel Geduld beigebracht. Der umstrickte Kleiderbügel war mein erstes Kunstwerk. Es wird mir ganz warm um mein Herz. Behutsam lege ich auch diesen zurück.

Neugierig blicke ich hinein und entdecke weitere Kostbarkeiten meiner Kindheit. Erinnerungen werden wach, einige hatte ich längst vergessen. Soeben habe ich eine Schatztruhe entdeckt.

In diesem Augenblick weiss ich, dass dies weder Gegenstände für die Brockenstube noch für den Flohmarkt sind. Zu viele schöne Erinnerungen verbinden mich mit diesen einzelnen Teilen.

Ich habe einmal mehr erfahren, dass es gar nicht so einfach ist, freien Raum zu schaffen ohne loszulassen. Jedoch weiss ich, dass ich wieder einmal einen Freiraum schaffen werde, um ein weiteres Mal in meiner Schatztruhe zu stöbern und in meinen Erinnerungen zu schwelgen.



# WASSER FREI RAUM

Sandra Grossenbacher, Nadine Bärtschi  
Begleitpersonen Arbeit



Freiraum.

Ein Raum der frei ist.

Wasser.

Wasser ein Raum der frei ist?

Schon seit Urzeiten verbindet den Menschen viel mit dem Element Wasser.

Wasser bringt uns nicht nur das Leben, sondern auch Spass und Entspannung. Wasser lässt uns unsere Welt anders wahrnehmen. Der Körper wird schwerelos, Geräusche wirken dumpfer und Farben verändern sich. Jeder Mensch hat einen Bezug zum Wasser, für Einige bedeutet es einen grossen Freiraum.

«Machi gärn aberütsche, u gumpe u touche!» (M.)

Das Spielen im Wasser macht Spass. Im Sommer entstehen besondere Freiräume. Kinder rennen laut kreischend und lachend vor dem Bundeshaus durch das Wasserspiel, im Eichholz wärmen sich die von der Aare gekühlten Körper. Auch im Tannacker ist nun Platz für nasse Freiräume. Füsse werden von Socken befreit, und auf dem Rasen vor der Villa wird ein kleines Follonica aufgebaut. In Bärswil werden Einladungen zur Wasserschlacht verschickt und die Wasserballons und -pistolen gefüllt. «Da tueni use sprütze!» (M.) Es wird geplantscht und gespritzt. Wer sich nicht in Acht nimmt, findet plötzlich einen nassen Fleck auf der eigenen Kleidung und ein breites Grinsen im Gesicht seines Gegenübers.

Das Spiel mit dem Wasser regt an und verbindet uns. Auf der anderen Seite kann Wasser aber auch sehr entspannend und beruhigend wirken.

Stell dir vor, du sitzt seit Jahren im Rollstuhl, jede Bewegung bereitet dir Mühe, schmerzt vielleicht und ist anstrengend. Du empfindest deinen Körper als träge und schwer. Wie fühlt sich das wohl an, wenn du ins Wasser gleitest? Warmes Wasser umarmt dich und löst die verspannten Muskeln. Dein Körper wird angenehm leicht, fast schwerelos und «schwebt» im Wasser.

«Äs tuet mr wou, weni mau im Wasser bi. De bini nid so stiiif wie süsch.» (D.)

Diese Wohltat für den Körper ist auch Balsam für die Seele. Für kurze Zeit befreit von einigen körperlichen Beschwerden, entsteht so freier Raum für Gedanken, die sonst vielleicht nie den Weg zu dir gefunden hätten.

Aus diesem gedanklichen Freiraum entsteht Platz für Kreativität. Und aus dieser Kreativität wiederum können neue Freiräume entstehen, wie folgendes Beispiel zeigt.

Mario nimmt für sein Leben gerne Schaumbäder. Wobei die Betonung auf SCHAUM liegt, vom Bad sieht man da nicht mehr viel ... Mario gelingt es immer wieder, seine Freiräume noch etwas freier zu gestalten. So wurden ihm vor einiger Zeit in der Badewanne tatsächlich seine geliebten Spaghetti inklusive Kaffee serviert. Tagelang erzählte Mario mit strahlenden Augen und breitem Grinsen von diesem Erlebnis. Ein absolut grandios genutzter Freiraum.

Freiraum.

Ein Raum der frei ist.

Wasser.

Ein Raum der frei ist.

# ENDLICH FREIRAUM

Ralf Menzel  
Begleitperson Arbeit

Endlich Freiraum. Ich komme!!

Vor der Türe angekommen, höre ich Stimmen, Geräusche Lärm, Gerangel.

Ich klopfe, will die Türe öffnen, da rufts mit lauter Stimme: **Besetzt! Kein Platz mehr!!**

**Ich bins, der Hauseigentümer! Für mich hats Platz, öffnet die Türe!!**

**Hier ists voll, verschwinde, hau ab!!**

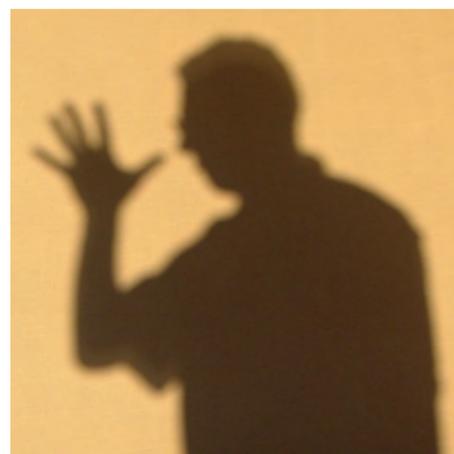
**Wer ist denn da?** frage ich nun genervt ...

**Wir sinds: Pendenzen, Termine, Ansprüche, Erwartungen ...**

Jetzt oder nie, alle da, ein günstiger Moment.

Ich steck den Schlüssel rein, verschliess dreimal und mach mich davon.

Irgendwo wirds neue Räume geben. Vielleicht sogar frei ...



**Unten findest du einen Teil dieses Textes in leichter Sprache.**



*Wenn ich doch nur könnte, wie ich wollte. Wenn ich doch nur frei wäre. Wenn ...*

«Über den Wolken muss die Freiheit wohl grenzenlos sein.» Dieser Refrain in einem Lied von Reinhard Mey drückt die Sehnsucht vieler nach unbegrenzter Freiheit aus. Schön, oder? Oder vielleicht doch

nicht? Stellen wir uns doch für einen Moment vor, wir könnten tun und lassen, was wir wollten. So lange wir das innerhalb der Grenzen, die uns verinnerlichte Normen oder, einfacher, das Gewissen setzen, schädigt unsere Freiheit niemanden. Die Gefahr ist aber gross, dass früher oder später (ein Blick in die Kriegsgebiete dieser Welt zeigt uns: eher früher als später) die Freiheit der Stärkeren oder der Vielen nicht nur die Freiheit, sondern auch das Leben der Schwächeren und der Wenigen bedroht.



Der Begriff Freiraum sagt es: Wie die Wände einen Raum definieren, definieren Grenzen einen Freiraum. Innerhalb dieser Grenzen bin ich frei, ausserhalb beginnen die Freiräume der anderen.

Das offensichtlichste Beispiel für einen Freiraum ist ein eigenes Zimmer. Unglaublich, aber wahr: Bis vor wenigen Jahren war es nicht selbstverständlich, dass Menschen mit einer Beeinträchtigung ein Zimmer für sich allein hatten. Unglaublich, aber wahr: Bis vor wenigen Jahren entschieden nicht die Wünsche der Bewohnerinnen und Bewohner über die Zimmereinrichtung. Unglaublich, aber wahr: Bis heute ist es nicht selbstverständlich, dass Menschen mit einer Beeinträchtigung selbst über ihre Wohnform entscheiden können. Das soll sich im Kanton Bern mit der Umsetzung des Behindertenkonzepts und der neuen Finanzierung ändern. Damit auch die Menschen im Tannacker mehr Auswahl haben,

will die Stiftung Tannacker ihr Angebot um begleitetes externes Wohnen erweitern.

Freiräume können wachsen, sie können aber auch schrumpfen. Die Finanzlage der öffentlichen Hand bestimmt massgeblich, welche Freiräume der Staat den Bürgerinnen und Bürgern mit einer Beeinträchtigung gewähren kann oder will. Die finanziellen Rahmenbedingungen wirken sich ganz direkt auf das Angebot einer Institution aus. Auch der Tannacker spürt einen erhöhten Kostendruck. Wir sind aber in der glücklichen Lage, dass wir breite Unterstützung erfahren dürfen, von Eltern, Angehörigen und Beiständen, von der Gemeinde, von Institutionen und Privaten. Viele von ihnen, viele von Ihnen, zeigen die Unterstützung mit einer Spende. Sie ermöglichen unseren Personen mit Begleitung ganz konkrete Freiräume, zum Beispiel Ferien in der Schweiz oder in Italien.

**Elisabeth Schenk Jenzer, Präsidentin**  
Gymnasiallehrerin, Rektorin, Diplom Non-Profit-Management FHNW, Kirchdorf im Stiftungsrat seit 2006

**Marianne Rohr Staub, Vizepräsidentin**  
Fürsprecherin, Ostermundigen im Stiftungsrat seit 2006

**Sabine Lustenberger**  
Pflegefachfrau, Biel im Stiftungsrat seit 2000

**Hannelore Hogartz**  
Pflegefachfrau, Bern im Stiftungsrat seit 2009

**Erich A. Kalbermatter**  
Elektro-Ingenieur HTL, Gümmenen im Stiftungsrat seit 2009

**Sydney Peter Allanson**  
Dr. oec. HSG, Ipsach im Stiftungsrat seit 2014

**Adrian Wiesmann**  
Architekt FH/SWB, sa, Bern im Stiftungsrat ab 2019

Sie haben auch den Erweiterungsbau erlaubt, dank dem heute im Tannacker alle ein eigenes Zimmer haben. Sie engagieren sich aber auch gesellschaftlich dafür, dass Menschen mit einer Beeinträchtigung die gleichen Freiräume zugestanden werden wie Menschen ohne Beeinträchtigung. Auch unsere professionellen Begleitpersonen, die Geschäftsleitung und der Stiftungsrat setzen sich innerhalb und ausserhalb des Tannackers mit Herzblut für die Freiräume der begleiteten Menschen in unserer Institution ein. Ihnen allen danke ich ganz herzlich!

*Wir brauchen keine unbegrenzte Freiheit. Aber wir brauchen Freiräume, alle von uns.*



## In leichter Sprache: **Alle Menschen brauchen Frei-Räume**

Das Wort Frei-Raum besteht aus zwei Wörtern. Frei und Raum.



### **Frei**

Frei kommt von Freiheit. Freiheit heisst:

Du kannst Sachen selber entscheiden.



### **Raum**

Ein Raum kann ein Zimmer sein.

Ein Raum kann auch ein Ort sein.

Ein Ort, der keine Wände hat.

Ein Ort, an den du hingehen kannst.

### **Frei-Raum**

Frei-Raum ist ein freier Ort.

Du fühlst dich frei.

Denn du kannst selber entscheiden:

- Jetzt mache ich hier das.
- Und jetzt mache ich etwas anderes.

Und:

- Du kannst Ideen haben.
- Du kannst Neues ausprobieren.
- Du kannst Überraschungen erleben.

Aber du musst aufpassen auf die anderen.

Damit auch sie sich frei fühlen.

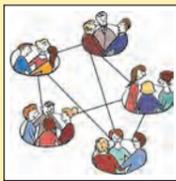


### **Frei-Raum in der Schweiz**

In der Schweiz gibt es Gesetze.

Gesetze sind Regeln für das Zusammenleben.

- Sie sagen, was wir dürfen.
- Und was wir nicht dürfen.



So können wir friedlich zusammenleben.

So erhält jeder Mensch Frei-Raum.

Er kann machen, was er will.

Aber er kann nicht alles machen.

Nur das, was die Gesetze erlauben.

Wir könnten sagen:

- Die Gesetze sind die Wände des Frei-Raums.
- Die Gesetze sagen, wie gross der Frei-Raum ist.

### **Frei-Raum im Tannacker**

Auch im Tannacker gibt es Regeln für das Zusammenleben.

- Sie sagen, was wir dürfen.
- Und was wir nicht dürfen.

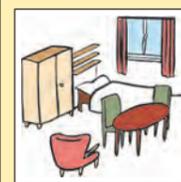


So können wir friedlich zusammenleben.

Diese Regeln geben uns Frei-Raum.

Zum Beispiel:

- Früher hattest du kein Zimmer für dich allein.
- Dann wurden die Regeln geändert.
- Nun kannst du ein Zimmer für dich allein haben.



Oft braucht es Geld für einen Frei-Raum.

Zum Beispiel:

- Ferien am Meer sind eine Abwechslung für uns.
- Sie sind ein Frei-Raum.
- Für diesen Frei-Raum braucht es Geld.



Wir sind froh:

Es gibt viele Leute, die uns Geld geben.

Wir brauchen Frei-Raum. Alle von uns.



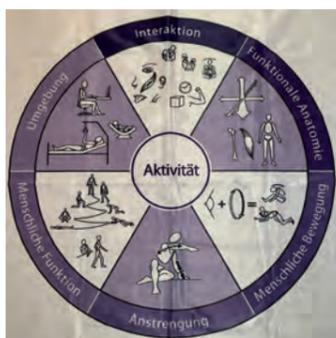
# FREIRAUM IN DEN GELENKEN ...

Monica Grunder  
Franziska Ottiker

Monica Grunder und ich suchen nach mehr Freiraum in ihren Gelenken, z.B. in ihrem Arm. Damit wollen wir den Bewegungsablauf beim Schreiben und sich Abstützen verbessern.

## Kinaesthetics

Der Begriff Kinaesthetics kann mit «Kunst/Wissenschaft der Bewegungs-Wahrnehmung» übersetzt werden. Kinaesthetics basiert auf der Erfahrung und Wahrnehmung der eigenen Bewegung. Es führt zu einer erhöhten Achtsamkeit für die Qualität und Unterschiede der eigenen Bewegung bei allen alltäglichen Aktivitäten z.B. trinken, essen, liegen, sitzen im Rollstuhl oder auf einem Stuhl, gehen, Zähne putzen.



## Möglichst einfach

Wir beschreiben die Wahrnehmungs-Eindrücke in unserem Körper. Dabei achten wir auf verschiedene Blickpunkte. Wenn ich mich zum Beispiel im Rollstuhl mit dem Brustkorb nach vorne beuge, bemerke ich im Gesäss Druck und Zug. Im

Rücken nehme ich eher ein Ziehen war. Ich lerne also, meine Bewegungen mit verschiedenen Blickpunkten zu beschreiben.

## Bewegungs-Spielraum

Monica bemerkt, dass sie ihre linke Schulter und den Ellenbogen nicht frei bewegen kann. Wir möchten zusammen herausfinden, wie sie ihren inneren Bewegungs-Spielraum, so nennen wir den Raum in unseren Gelenken, besser nutzen kann, damit sie sich optimaler bewegen kann.



Monica überlegt, was sie noch für Gelenke im Arm hat. Neben dem Schultergelenk gibt es noch das Ellenbogen- und das Hand-

gelenk und die Hand mit den Fingergelenken.

## Schultergelenk



Wir nutzen ein Frotteetuch, um für das Schultergelenk Freiraum von aussen zu schaffen. Monica findet, wenn die Rollstuhllehne noch ein bisschen nach hinten geneigt wird, bekommt ihr Schultergelenk noch mehr Freiraum.

## Ellbogen



Damit der Ellenbogen mehr Freiraum nutzen kann, legen wir zwei Frotteetücher unter den Ellenbogen.

Der Bewegungssinn teilt Monica genau mit, wie sich ihre Körperteile gegenüber der Schwerkraft organisie-

ren, damit sie sitzen und schreiben kann. Auf ihren Muskeln hat es sogenannte Rezeptoren, die ihr Informationen von Innen geben. Sie kann konkret wahrnehmen, wann die Unterstützung für den Ellenbogen zu hoch oder zu niedrig ist.

## Handgelenk



Um dem Handgelenk und den Handknochen im linken Arm mehr Freiraum zu verschaffen, probieren wir verschiedene Varianten aus. Monica kann das Frotteetuch selber so positionieren, dass ihre Handknochen und das Handgelenk Gewicht abgeben können. Damit werden die Muskeln frei für Bewegung. Die Knochen haben die Funktion, im Körper Gewicht zu tragen und dieses an eine Unterstützungsfläche abzugeben.

## Ausprobieren

Monica probiert mit ihren Fingern die Beweglichkeit mit dieser Unterstützung, sie sucht immer wieder eine andere Position mit ihrer

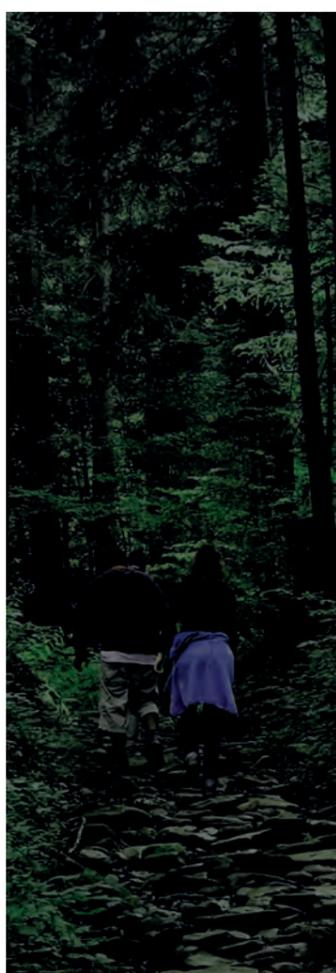
Hand auf dem Frotteetuch. Sie verändert die Position ihrer Hand, damit sie den Freiraum (Gelenke) in ihren Fingern so nutzen kann, bis es für sie stimmt.



## Alltägliche Aktivitäten

Kinaesthetics-Blickpunkte helfen uns, alltägliche Aktivitäten besser zu verstehen und zu gestalten.

# FREIE RÄUME – FREIE ZEITRÄUME – FREIE



Erfahrungen und Gedanken eines Sozialpädagogen

## Freiräume im Wandel

Bei all der professionellen Distanz, die heute zum Berufsbild des Sozialpädagogen gehört, ist es wichtig, dass wir die Personen mit Begleitung so behandeln, wie wir selber gerne behandelt werden würden. Und so selbstverständlich lebenslanges Lernen für mich ist, so selbstverständlich sollte es auch für die Personen mit Begleitung sein.

Nutzen wir also unsere Freiräume, um die Freiräume der Personen mit Begleitung zu erweitern. Seien wir mit unseren Schwächen und Stärken spürbar für die Personen mit Begleitung. Seien wir Vorbilder, an denen sie sich orientieren können. Aber seien wir auch professionell – nicht im Sinne der Abgrenzung – sondern im Sinne der ständigen Abwägung der Handlungsabläufe zum Wohle der Personen mit Begleitung, so dass wir guten Gewissens sagen können: Wenn ich selbst Person mit Begleitung wäre, wäre ich gerne hier.

## Freiräume für Begleitpersonen

Ein Sozialpädagoge kann vieles – er muss es nur zu begründen wissen. Oder anders gesagt: Freiräume können wir schaffen, wenn wir aktiv sind und nicht nur fordern. Freiräume können entstehen, wenn wir bereit sind, uns als ganze Person in die Arbeit einzugeben. Weder fehlt dazu die

Zeit, noch führt das zu mehr Arbeit. Wichtig im Sinne von Freiraum ist das Bewusstsein, auch jenes für kurze, spontane und individuelle Aktionen, die aus unseren persönlichen Fähigkeiten und Interessen entstehen können.

## Zum Beispiel eine Nachtwanderung

Einige Personen mit Begleitung äusserten den Wunsch nach einer spontanen Nachtwanderung. Ein Kollege übernahm die Nachtwache im Haus, so war ich frei für dieses Abenteuer. Kurzum marschierten wir los, in den Wald. Zuerst nutzten wir die Waldwege, dann drangen wir in immer dichteres Holz vor. Am Schluss ging es auf allen Vieren durch eine Tannenschonung. Für uns alle ein grossartiges Erlebnis.

## Freiräume für Personen mit Begleitung

Vor Jahren habe ich einen Hirnschlag erlitten. Ich hatte Glück. Man merkt kaum noch was an Einschränkungen. Aber das Erlebte hat meine berufliche Sichtweise verändert. So versuche ich mir vorzustellen, was Freiraum für eine Person mit Begleitung bedeuten könnte.

## Freier Raum?

Heute sind Einzelzimmer in Institutionen üblich. Aber habe ich in einer Institution dieses Zimmer wirklich für mich? Wie weit geht es mit der Privatsphäre? Kann ich das Zimmer nach meinem Geschmack einrichten, oder muss ich immer

(Fortsetzung Seite 7 unten)

# FREIRAUM CAFETERIA

Daniela Schwab  
Begleitperson Cafeteria

Was bedeutet FREIRAUM?

Was hat FREIRAUM mit dem Tannacker zu tun?

Es sind viele Fragen, die FREI im RAUM kreisen. Wie bei vielem, das für uns wichtig und selbstverständlich ist, merken wir erst, was dies für uns bedeutet, wenn wir weniger davon haben oder wenn es abhandengekommen ist.

Zu wenig FREIRAUM kann für uns sein wie ein Käfig, der uns einsperrt und zu eng ist.

Zu viel FREIRAUM kann aber auch überfordern.

Wir Menschen sind alle sehr unterschiedlich und individuell. Keiner ist gleich und braucht das Gleiche. Trotzdem müssen wir zusammen zurechtkommen und uns anpassen.

Ich gehöre zu denjenigen Menschen, die ein bisschen mehr FREIRAUM benötigen.

Nun, was sollte dies jetzt mit dem Tannacker zu tun haben? Hier im Tannacker habe ich gemerkt, dass ich ein FREIRAUM-Mensch bin.

Da hier alles sehr geordnet und äusserst gut geplant zu und her geht, fühlte ich mich sehr eingengt. Natürlich musste ich mich auch früher an Regeln, Termine

und Vereinbarungen halten, sei es in meiner Familie oder meinem Beruf als Floristin. Ich hatte aber immer sehr viel FREIRAUM.

Mittlerweile weiss ich die gute Organisation sehr zu schätzen. Sie erspart uns allen sehr viele Leerläufe und Konflikte. Es brauchte Zeit und Geduld, aber ich merkte, dass ich auch hier im Tannacker FREIRAUM schaffen kann.

FREIRAUM, um selber Entscheidungen zu treffen, um spontan und kreativ zu sein. Gerade beim Gestalten der Tischdekoration und des Eingangs zur Cafeteria habe ich FREIRAUM.

Ich bin frei in der Art der Gestaltung, der Farbe, des Themas und Materials. Es bereitet mir grosse Freude und ist sehr spannend, unsere Personen mit Begleitung in diese Arbeiten einzubeziehen. Auch sie geniessen diesen FREIRAUM. Wie wir dies jeweils anstellen und was dabei entsteht, wir sind FREI ...

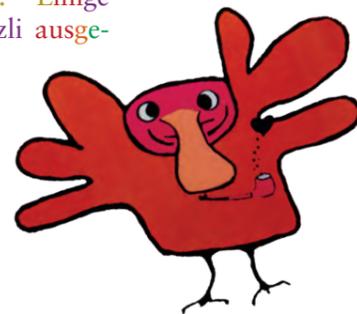
FREIRAUM gibt es nicht ohne Vertrauen. Mein Team, unsere Personen mit Begleitung und meine Vorgesetzten vertrauen mir. Für dieses Vertrauen, diesen FREIRAUM, bin ich sehr dankbar.



## Deko-Workshop in der Cafeteria

An einem Donnerstagnachmittag fand in der Cafeteria ein Workshop statt. Das Ziel war, die Weihnachts-Dekoration für die Cafeteria am Tannackermärit herzustellen.

Demetrios und Tobias, die auch sonst in der Cafeteria arbeiten, sowie Lotti, Karin, Antigona und Daniela klebten Papiersterne auf Gläser. Am Rand wurden ein Spitzenband und Schnur befestigt. Die Gläser füllten wir mit verschiedenen Zapfen. Einige wurden mit einem Kerzli ausgestattet.



## BI DE SCHREGE VÖGU

Lassen Sie sich verwöhnen und geniessen Sie mit Freunden einen wunderbaren Abend «bi de schrege Vögu» in der Cafeteria Moosseedorf. Ein Team von Mitarbeitenden mit und ohne Beeinträchtigung kocht und serviert mit Begeisterung. Es erwartet Sie ab 18 Uhr ein feines 4-Gang-Nachtessen zum Preis von CHF 50.- inkl. Apéro. Sie haben die Wahl zwischen einem Vegi-, Fisch- oder Fleisch-Menü.

- Freitag, 30. Oktober 2020  
«Ferien-Erinnerungen»
- Freitag, 4. Dezember 2020  
«Winterzauber»

## SCHREGI KÜKEN

Ergänzend zu den Schrege Vögu gibt es neu das Angebot «Schregi Küken»: In gewohnt gemütlicher Atmosphäre geniessen Sie ein einfacheres Menü vom Buffet für CHF 30.-, inkl. Apéro und Dessert.

- Freitag, 26. Juni 2020  
«Sommernachts-Traum»

Gerne nimmt das Sekretariat Ihre Reservation telefonisch entgegen unter 031 858 01 11.

Die Platzzahl ist beschränkt.

## REGENBOGENFARBEN

Die bunten Farben auf dieser Doppelseite sind für Daniela Rohr und alle anderen, die gerne Regenbogenfarben haben.

## IMPRESSUM

Redaktion	Stiftung Tannacker, Res Brandenberger
PC-Konto	30-11420-8
Web	stiftung-tannacker.ch
Auflage	5500 Expl.
Gestaltung/Satz	Res Brandenberger allenfalls gmbh
Druck	Prolith AG, Schönbühl
Fotos	Erika Marong und zVg
Fotos Titelseite	Lenkungsgrremium
Illustrationen	
Leichte Sprache	© Reinhild Kassing

Thomas Probul  
Begleitperson

(Fortsetzung von Seite 6)

## GESTALTUNGSRÄUME

wieder Kompromisse machen, weil das Zimmer nach dem Hilfsbedarf eingerichtet werden muss oder weil das Geld fehlt?

Wie steht es mit den Gemeinschaftsräumen? In einer Institution kann ich nicht aussuchen, mit wem ich zusammenwohne, vielleicht habe ich ein Mitspracherecht. Aber wenn dann aus Sympathie Antipathie wird, kann ich nur schlecht ausweichen.

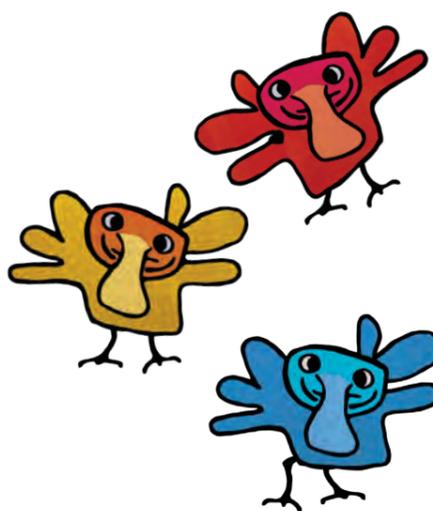
Und wie weit habe ich Platz für Hobbys? Gibt es Werkräume, in denen ich meine Arbeiten liegen lassen kann, bis ich daran weiter mache?

### Freie Zeit?

In einer Institution kann ich meine Zeit nicht frei planen. Neben der Arbeit laufen auch die Freizeit-Aktivitäten meist nach Stundenplan. Was bleibt dann noch wirklich an freier Zeit? Wie weit habe ich die Möglichkeit, mich zu langweilen, einfach nur rum zu sitzen, ohne dass ich mich rechtfertigen muss? Je mehr ich auf Hilfe angewiesen bin, desto weniger habe ich die Möglichkeit, spontan etwas zu unternehmen.

### Freie Gestaltung?

Woher soll ich Anregungen für Neues bekommen? All die Jahre immer die gleichen Abläufe. Immer die gleichen Ideen. Und wie soll ich selbst tun, wenn ich keine Möglichkeit habe, dies zu lernen? Ein Leben lang lernen ist für Personen mit Begleitung so gut wie nicht vorgesehen.



# BEGRÜSSUNGEN

## Christian Gygax

### Härzlech Willkommen bi de Rote «Chaote»

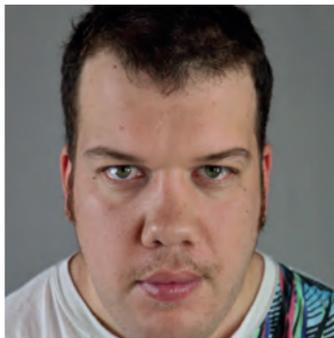
Afang Oktober 2019 isch dr Christian Gygax bi us uf Gruppe Rot izoge. Dr Christian isch ä 33-jährige junge Ma. Är isch eher ä ruehige Typ und het o viu Schauk. Das merkt me aube, we mir us gägesitig höchnäme oder umeblödele (gäu Melanie).

Är gniessts o sehr, am Morgen no chli lenger im Bett chönne z blibe. Hushautsarbeite si nid so sis Ding (wäm sis scho), doch wes um Botegang geit oder um z Choche, isch är immer grad sofort derbi. Är isch ä richtige Feinschmöcker u gniesst ds Ässe i voue Züg.

Sini Lideschaft isch es, uf Autogramm jagd ds ga. Immer am Fritinami luegt är mit dr Melanie uf em Laptop, welem Promi me no eis chönnt usrisse. D Sammlig, wo är scho het, isch sehr umfassend. Vom Dieter Bohlen bis zum Chrigu Stucki isch aues verträte.

Liebe Christian, schön bisch du ä Teil vo de Rote «Chaote».

Pädu Grieb



## Willkommen im Atelier Textil

Seit Herbst 2019 ist Christian Gygax ein tapferer Schneider aus dem Atelier Textil in Bärswil.

Christian ist ein sehr aufmerksamer, junger Mann, der schon einige Vorkenntnisse zum Weben mit sich brachte. Mutig hat er sich an für ihn unbekannte Arbeiten gewagt. Er hat mit seiner schüchternen, jedoch sehr verschmitzten Art bald seinen Platz im Atelier Textil gefunden.

Wir mögen sein plötzlich aufblitzendes Lachen und seine interessierten Fragen zu allerlei Themen sehr.

Dankbar für seinen Arbeitseinsatz im Atelier Textil, seine Hilfsbereitschaft beim Kaffee kochen und servieren in der Pause, freuen wir uns auf die weitere arbeitsreiche Zeit mit Christian!

Team  
Atelier Textil  
Nadine Bärtschi

## Tomas Plasa

### Willkommen im Atelier Holz

Lieber Tomas

Herzlich willkommen im Tannacker und vor allem herzlich willkommen im Atelier Holz. Seit September 2019 arbeitest du nun bei uns im Atelier. Deinen Arbeitsweg von Bern nach Moosseedorf machst du immer mit deinen Eltern.

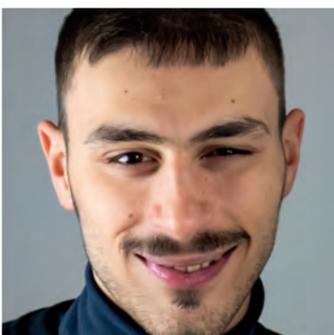
Mit viel Energie bist du in unser Team gekommen und hältst uns seither auf Trab.

Deine Leidenschaft für Bälle aller Art verschafft dir immer wieder einen schönen Zugang zu deinen Arbeitsgspändli. Immer wieder forderst du zum Spielen mit dem Ball auf und hast dabei zum Beispiel bei Niklaus einen Stein im Brett.

Gemeinsam machen wir Botengänge durch den Tannacker, immer wieder. An neuen Orten, Glühbirnen, Karten und vor allem an Deckeln findest du grosses Interesse. So sind die Botengänge, nebst dem sehr konzentrierten Malen, deine Lieblingsbeschäftigung.

Lieber Tomas, schön bist du bei uns im Tannacker gut angekommen. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit dir.

Anna Aebersold



## Jennifer Schaller

### Willkommen und auf Wiedersehen auf der Wohngruppe Grün

Anfang April 2019 kam Jennifer Schaller auf die Wohngruppe Grün. Nach 2-wöchiger Schnupperzeit hat sie sich schnell eingelebt, und ihr Zimmer wurde kurzerhand mit vielen verschiedenen Postern von ihren geliebten Animes- und Manga-Figuren verziert.

Jennifer Schaller ist 23 Jahre alt und meistert ihren Alltag sehr selbständig. Wir entdeckten schnell, dass Jennifer eine grosse Begabung fürs Zeichnen und Schreiben hat, und so erstellte Jennifer jeweils bei neu eintretenden Begleit- oder begleiteten Personen die Willkommensplakate. Jennifer konnte kompetent Auskunft geben über verschiedene Computerspiele, Filme und Bücher, die uns jeweils in die Welt der Animes und Mangas eintauchen liessen. Jennifer war das Wohlergehen ihrer Mitbewohner/innen immer sehr wichtig, und so unterstützte sie uns beispielsweise beim Essen servieren und Kaffee verteilen, wenn ihre Mitbewohner/innen es selber nicht konnten. Auch fehlte bei ihr die Frage: «Wie geits dir, was hesch gmacht am Wuchenänd?» nur selten.

Jennifer hat sich Ende November 2019 entschieden, wieder zu Hause zu leben. Wir bedauern dies, Jennifer war eine grosse Bereicherung für die Gruppe und hat uns viele lustige, schöne und kreative Momente beschert.

Lisa Noth



# NACHRUFE



## Ursi Hirschi

7. Februar 1962 – 11. März 2019

«Grüessech Frou Hirschi.» «Nei ig Ursi, besser! Wär bisch du?» So lernte man Ursi kennen.

Wenn man Ursis Leben zeichnen würde, wäre es eine Wäscheleine mit verschiedensten Kleidern in allen Mustern und Farben. Jedes dieser Kleidungsstücke würde eine Geschichte aus Ursis Leben erzählen. Ursi war sehr modebewusst. Kleider, Fingerringe und Nagellack waren ihr immer sehr wichtig. Auch wenn ihre Farbkombinationen für andere teilweise gewöhnungsbedürftig waren, fand sie sich immer die Schönste. Sie trug zu jeder Jahreszeit ein buntes Jupe, welches ihr sehr wichtig war. Niemand freute sich so sehr darüber, wenn jemand ein Jupe und Strumpfhosen trug, wie Ursi.

Sie hatte eine grosse Lebensfreude. Sie arbeitete so gerne in der Lingerie, dass sie nicht einmal die Ferien geniessen konnte. Daher faltete sie einfach auf der Gruppe jedes Tuch noch einmal. War dann jedes noch so kleine Tuch gefaltet, verbrachte sie ihre Zeit mit Haushaltsarbeiten, Puzzle, Fotobücher anschauen, Musikantenstadl schauen, Ausflügen. Auch besuchte sie ihre Familie sehr gerne.

Langweilig wurde es mit Ursi nie. Sie liebte es, die Begleitpersonen auf den Arm zu nehmen, indem sie erzählte, sie habe eine Maus oder Spinne gesehen, und amüsierte sich prächtig, wenn man diese Tiere dann suchen ging. Ursi besuchte gerne die Cafeteria, wo sie alle einzeln herzlich begrüßte und ihnen von ihrer «Schnousibox» Leckereien anbot.

Mit ihren Umarmungen und Handküssen erweckte sie bei allen guten Laune.

He, bye, üses Ursi! Mir wärde di vermisse.

Francesca Manzone, Anna Renner  
Wohngruppe Grün

## Ds Ursi vor Lääschi

Härzlech begrüsst worde si mir am Morge  
egau ob Sunne, Räge oder Sorge  
dass de afa schaffisch, hei mer nid müesse hoffe  
bevor nid ono dr Radio isch gloffe  
bim Wösch ufhängen hesch gsunge  
u mängisch hei mer o chli zäme grunge  
«Truurig?» Hesch aube gfragt, «muesch nid sii ...»  
u üs scho wieder es Lächle entlockt drbii  
iifühlsam u fliisig, erläbt hei mer vieli schöni Stunde  
u öppis zum Lache hesch du geng no gfunde  
ds Härzstück vor Lääschi, du fählsch sunneklar  
das mir dii hei dörfe kenne Ursi, si mir sehr dankbar

Anja Geissbühler, Sabina Chirico  
Lingerie



## Marianne Bärtschi

3. Januar 1944 – 4. Juli 2019

**Frei** bist du jetzt Marianne! Dein Körper hat dich eingengt, dir gewissen Freiheiten nicht gewährt. Du warst in deinen Gedanken frei, hast dich um deine Mitmenschen gekümmert, ihnen Vertrauen geschenkt. In unserer Wohngemeinschaft warst du eine wichtige Person, zu der alle aufschauten und die geachtet wurde.

Du hast dich immer für mein Leben interessiert, und das Wohlergehen meiner Familie war dir wichtig. Deine positive Lebenseinstellung war ansteckend.

Du konntest, sogar als wir zu einem deiner runden Geburtstage eine Bahnreise nach Zermatt unternahmen und das Matterhorn wegen Nebel nicht sahen, dieser Reise etwas Positives abgewinnen. Die Kontakte mit anderen Menschen waren dir sehr wichtig und du hast diese gepflegt.

Marianne, du hattest ein gutes Leben und die Menschen in deiner Nähe ebenso!

Marianne, dich zu begleiten war für mein Leben eine Bereicherung. Bin froh, sind wir uns begegnet und in den letzten 30 Jahren gemeinsam älter geworden. Marianne, ich danke dir!

Du hast die Erde verlassen und schwebst in einem zeitlosen

## Raum!

Dieter Kohler-Violand  
Wohngruppe Rot

Katrin Tschanz  
Musiktherapeutin SFMT

## FREIRAUM MUSIK

«Ein Freiraum ist die Freiheit, die eine Person oder eine Gruppe zur Entwicklung und Entfaltung ihrer Identität und Kreativität benötigt.»

So habe ich es auf einer Internetplattform gelesen und abgeschrieben.

Musiktherapie bietet Freiraum an. Der Raum und die Zeit, in welcher wir uns einmal pro Woche treffen, ist immer gleich, gegeben, die Musikinstrumente stehen bereit. Ich biete einen Rahmen mit Anfangs- und Schlusslied und helfe bei der Auswahl, dem Aufstellen und Einrichten von Instrumenten und dann ...

... ist der Raum offen für die Lieblingsinstrumente, die Lieblingsmusik und die Lieblingslieder der Teilnehmer und Teilnehmerinnen: wir musizieren nach Lust und Laune.

Es wird «drauflos gespielt», es wird improvisiert und gesungen. Manchmal singen wir Lieder, manchmal frei von der Leber weg.

Meine Rolle kann sehr verschieden sein, das geht vom behutsamen Kontakt aufnehmen bis zum Ausgelassenen, Energievollen, Lauten, Schnellen, vom ruhigen Abendlied bis zu Boogie, Rock'n Roll oder Techno.

Ich biete dabei den Raum, den Rahmen, den Hintergrund, damit die Teilnehmer und Teilnehmerinnen möglichst kompetent ihre Identität und Kreativität entfalten können.



Manchmal ergeben sich durch eine Änderung der Gruppenzusammensetzung neue Möglichkeiten, sich auszuleben, sich zu zeigen und kreativ zu werden.

Seit letztem Sommer kommen Therese Grünig und Daniela Rohr nach einem Gruppenwechsel zusammen in die Musiktherapie und geniessend die gemeinsame Zeit dabei sehr.

**Unten  
findest du  
diesen Text  
in leichter  
Sprache.**



Teilhaben heisst, in einer Situation dabei sein. Vollständige Teilhabe heisst, in allen Lebensbereichen dabei sein und die gleichen Chancen zu haben wie andere Menschen auch.

Das oberste und nicht verhandelbare Ziel des Teilhabe-Konzeptes ist, dass Personen mit Begleitbedarf möglichst kompetent mit einem möglichst gesunden Körper an möglichst alltäglich normalen Lebenssituationen teilhaben.

Lebens-Situationen finden immer in Räumen statt. Denn mit Räumen sind nicht nur Räume eines Gebäudes im herkömmlichen Sinn gemeint.

Im Teilhabe-Konzept werden Räume ganz offen gedacht. So gelten der Wald,

# FREIRÄUME IN RÄUMEN

## Von Räumen und Freiräumen in Teilhabe-Konzept

ein Einkaufscenter wie das Shoppyland, die Stadt Bern, öffentliche Verkehrsmittel oder das Naherholungsgebiet rund um den Moossee ebenso als Raum, wie das Wohnzimmer einer Wohngruppe, die Turnhalle, die Ateliers oder das persönliche Zimmer.

Tagtäglich stehen unseren begleiteten Personen also viele verschiedene Räume zur Verfügung. Auf den Wohngruppen leben sie in mehreren Räumen, während der Arbeitszeit arbeiten sie in Räumen und auch in der Freizeit innerhalb sowie ausserhalb des Tannackers nutzen sie ganz verschiedene Räume.

In den Wohnräumen sollte ein in hohem Mass selbstbestimmtes Leben nach eigenen Massstäben möglich sein. Ein Zuhause, in dem man sich wohl und geborgen fühlt und Freiräume (aus)

leben kann. Als Teil einer Wohn- und Lebensgemeinschaft hat man aber auch Rechte und Pflichten, welche manchmal Grenzen setzen.

Arbeitsräume bieten die Möglichkeit, Leistungen zu erbringen und dafür Anerkennung und Bestätigung zu erhalten. Durchs Tätigsein erleben wir uns als wertvoll. Arbeit stiftet Sinn und fördert das Selbstvertrauen. Der Arbeitsraum ist zudem ein Ort des sozialen Austausches.

In der Stiftung Tannacker versuchen wir Räume so zu gestalten, dass die begleiteten Personen diese gut erleben, darin ihre Fertigkeiten anwenden können und Wertschätzung erfahren. Dafür helfen wir ihnen zu verstehen, welche Räume es gibt und wie sich diese unterscheiden. Wir weisen sie auf Räume hin, welche sie noch nicht kennen.



Stefanie Glauser  
Lenkungsmitglied  
Funktionale Gesundheit

Wir kommunizieren die Möglichkeiten, die ein Raum bietet, zum Beispiel Aktivitäten, welche stattfinden können, Hilfe welche sie in Anspruch nehmen können, aber auch welche Regeln gelten und welche Rechte und Pflichten sie als Nutzer dieses bestimmten Raumes haben. Die begleiteten Personen sollen ihre Handlungs- und Gestaltungsmöglichkeiten kennen(lernen). So erhalten sie mehr Teilhabe-Möglichkeiten.

Jeder Raum hat seine eigene Kultur. Diese lässt Freiräume zu, setzt aber auch Grenzen. Grenzen geben Klarheit, Orientierung und Sicherheit. Freiräume bieten die Möglichkeit zur Entfaltung persönlicher Fähigkeiten und eigener Ideen. Mit Hilfe von Grenzen und Freiräumen findet eine gesunde (Weiter-) Entwicklung statt.

Entwicklung bedeutet: Ich befasse mich mit mir und mit der Welt. Jeder Mensch befasst sich sein ganzes Leben mit sich und seiner Umwelt. Wir nehmen die Räume, in welchen wir uns bewegen, mit allen Sinnen wahr und versuchen uns darin zurechtzufinden. Wenn wir die Welt wahrnehmen und begreifen, lernen wir gleichzeitig auch uns selber immer besser kennen. Wenn wir uns mit der Welt beschäftigen, werden wir vielfältiger und haben immer mehr mögliche Standpunkte und Sichtweisen. Das Nutzen verschiedener Räume ermöglicht den begleiteten Personen eine solche Auseinandersetzung mit der Welt und sich selbst.

Die Stiftung Tannacker möchte in den Räumen möglichst alltäglich normale Teilhabebedingungen anbieten. Diese orientieren sich sowohl am Lebensalter, aber auch am Entwicklungsalter der begleiteten Personen. An der Region, in welcher die Stiftung Tannacker sich befindet, aber auch an den kulturellen und familiären Kontexten jedes Einzelnen. Es erfordert manchmal viel Kreativität, Flexibilität und Denkleistung, um all diese Aspekte unter einen Hut zu bringen. Ebenso gilt es, Grenzen und Freiräume gleichermassen und in gesundem Mass zu beachten, damit Entwicklung möglich wird.



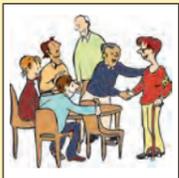
In leichter Sprache:

## Teilhabe braucht Räume und Frei-Räume

### Teilhabe

Vollständige Teilhabe heisst:  
Du bist überall dabei wie andere auch.  
Das heisst:

- Du hast ein möglichst normales Leben.
- Du hast ein möglichst alltägliches Leben.
- Du hast einen möglichst gesunden Körper.
- Du kennst möglichst Vieles.
- Du kannst möglichst Vieles tun.
- Du bist in vielen Räumen.



### Was ist ein Raum?

Ein Raum kann ein Zimmer sein.  
• Dein eigenes Zimmer ist ein solcher Raum.  
• Die Turnhalle ist ein solcher Raum.



Ein Raum kann auch ein Ort sein.  
Ein Ort, der keine Wände hat.  
Ein Ort, wo du hingehen kannst.

- Der Wald ist ein solcher Ort.
- Das Einkaufszentrum ist ein solcher Ort.



Das alles sind Räume.

### Wohn-Raum

Dort, wo du wohnst, gibt es Räume.  
Da sollst du dich wohl fühlen.

Du kannst Vieles selber bestimmen.  
Aber nicht Alles.  
Denn du musst aufpassen auf die anderen.  
Damit auch sie sich wohl fühlen können.



### Arbeits-Raum

Dort, wo du arbeitest, gibt es Räume.  
Da kannst du etwas Nützliches tun.  
Du bist wertvoll.  
Und du triffst andere Menschen.



### Was ist in einem Raum möglich

Du kennst deine Räume.  
Also alle Orte, wo du immer wieder bist.  
Du weisst bei jedem Raum:

- Das ist hier möglich.
- Und das ist hier nicht möglich.



Das heisst:

- Du kennst die Regeln.  
In jedem Raum gelten andere Regeln.
- Du kennst die Möglichkeiten:  
In jedem Raum kannst du viele verschiedene Dinge tun.

### Frei-Raum

Alle diese Möglichkeiten geben dir Frei-Raum:  
Du kannst selber entscheiden:

- Jetzt mache ich hier das.
- Und jetzt mache ich hier etwas anderes.

So fühlst du dich frei:

- Du kannst Ideen haben.
- Du kannst Neues ausprobieren.
- Du kannst Überraschungen erleben.
- Du lernst dich besser kennen.
- Und du lernst die Welt besser kennen.



# ZAHLEN UND FAKTEN ZUM JAHR 2019

## Ausblick 2020

### Spätsommer

In Ergänzung zu zahlreichen kleineren Ferienprojekten im Jahresverlauf verbringen rund 50 Bewohnerinnen und Bewohner gemeinsame Ferien in Follonica, Italien. Hoffen wir.

### Herbst

Das Teilhabe-Konzept der Stiftung Tannacker (Funktionale Gesundheit) erscheint als neues Handbuch.

### 28. November 2020

Tannhölzli-Märit der Stiftung Tannacker in Bärswil.

### Ende Jahr

Mit einer ersten externen Wohngruppe in Moosseedorf erweitert die Stiftung Tannacker ihr Angebot für Menschen, die eigenverantwortlicher wohnen möchten.

## Chronik 2019

### 31. Januar 2019

Letzter Arbeitstag Martin Metzger, Mitarbeiter mit Begleitung in der Tagesstätte.

### 22. Februar 2019

Bi de schrege Vögu

### März 2019

Ursula Hirschi, WG Grün, verstirbt.

### 23. April 2019

Auf WG Grün zieht Jennifer Schaller ein.

### 26. April 2019

Catja Granja, Mitarbeiterin mit Begleitung in der Tagesstätte, tritt aus.

Bi de schrege Vögu

### Juni 2019

Beat Ast wird als neuer Bereichsleiter Wohnen und stv. Direktor gewählt.

### 14. Juni 2019

Bi de schrege Vögu

### 19. Juni 2019

Sommerfest der Stiftung Tannacker

### Juli 2019

Marianne Bärtschi, WG Rot, verstirbt.

### 7. August 2019

Openair Kino in Bärswil

### 1. September 2019

Erster Arbeitstag Tomas Plasa als Mitarbeiter mit Begleitung in der Tagesstätte.

### 13. September 2019

Personalfest

### 17. September 2019

Christian Gyax bezieht sein Zimmer in der WG Rot in Moosseedorf

### 25. Oktober 2019

Bi de schrege Vögu

### 29./30. November 2019

Tannacker Märit in Moosseedorf

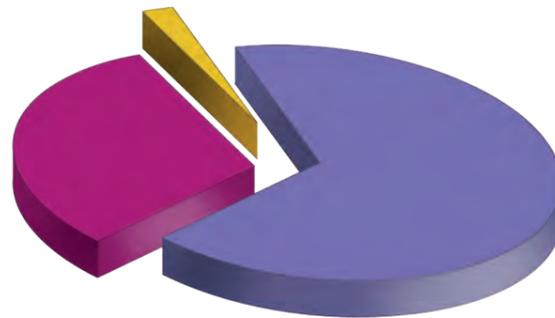
### 2. Dezember 2019

Erster Arbeitstag Beat Ast

### 6. Dezember 2019

Bi de schrege Vögu

- Kantonsbeiträge 67 %
- Pensionsbeiträge 32 %
- diverse Erträge 1 %



- 2 Standorte: Moosseedorf und Bärswil
- 10 Wohngruppen
- Arbeitsplätze in 11 Ateliers und der Ökonomie
- 81 Plätze für Menschen mit Beeinträchtigung im Bereich Wohnen, 10 Plätze in der Tagesstruktur sowie 2 *geschützte* Arbeitsplätze
- Geleistet wurden Total 27'159 Aufenthaltstage, verteilt auf 25'215 Wohnen und Arbeiten sowie 1'944 Tagesstruktur und 3'872 *geschützte* Arbeitsstunden.
- 189 Mitarbeitende teilen sich 115 Vollzeitstellen.
- Gesamtaufwand 11,79 Mio Fr.

## Jahresrechnung

Bilanz per 31. Dezember 2019

Aktiven	31.12.2019	31.12.2018
Kasse, Postcheck	72'440	139'721
Bank	1'970'576	1'290'404
Wertschriften	1'000	1'000
Forderungen Lieferungen & Leistungen	2'403'378	2'454'322
übrige kurzfristige Forderungen	7'903	11'172
aktive Rechnungsabgrenzung	44'323	33'155
<b>Total Umlaufvermögen</b>	<b>4'499'619</b>	<b>3'929'773</b>
Mobile Sachanlagen	286'875	209'425
Immobilien Sachanlagen	4'927'686	5'052'457
<b>Total Anlagevermögen</b>	<b>5'214'561</b>	<b>5'261'882</b>
<b>Total Aktiven</b>	<b>9'714'180</b>	<b>9'191'655</b>

Passiven	31.12.2019	31.12.2018
Verbindlichkeiten Lieferungen & Leistungen	208'820	399'215
übrige kurzfristige Verbindlichkeiten	304'807	357'334
passive Rechnungsabgrenzung	170'706	120'453
<b>Total kurzfristiges Fremdkapital</b>	<b>684'334</b>	<b>877'003</b>
langfristige verzinsliche Verbindlichkeiten	7'383'000	7'083'000
Zweckgebundene Fonds	1'245'371	1'098'821
Rückstellungen Bauprojekte	0	0
<b>Total langfristiges Fremdkapital</b>	<b>8'628'371</b>	<b>8'181'821</b>
Stiftungskapital	72'574	72'574
Jahresgewinn	328'901	60'256
<b>Total Eigenkapital</b>	<b>401'476</b>	<b>132'831</b>
<b>Total Passiven</b>	<b>9'714'180</b>	<b>9'191'655</b>

Erfolgsrechnung per 31. Dezember 2019

	2019	2018
Besoldungen	8'408'765	8'540'481
Sozialleistungen	1'344'978	1'299'748
Personalnebenaufwand	112'701	61'523
Honorare für Dienstleistungen Dritter	78'350	64'798
<b>Total Personalaufwand</b>	<b>9'944'795</b>	<b>9'966'550</b>
Medizinischer Bedarf	39'864	47'832
Lebensmittel und Getränke	357'558	367'775
Haushalt	65'543	75'984
Unterhalt und Reparaturen	372'631	385'565
Aufwand für Anlagennutzung	545'283	488'156
Energie und Wasser	111'902	115'024
Ausbildung & Freizeit	14'446	122'662
Büro und Verwaltung	222'413	246'410
Werkzeug- & Materialaufwand	32'150	35'732
übriger Sachaufwand	84'042	92'511
<b>Total Sachaufwand</b>	<b>1'845'831</b>	<b>1'977'652</b>
<b>Total Betriebsaufwand</b>	<b>11'790'625</b>	<b>11'944'202</b>
Erträge aus Leistungsabteilung innerkantonal	3'898'714	3'739'882
Erlöse Dienstleistung, Handel & Produktion	49'234	62'985
Erträge Nebenbetriebe	24'697	23'718
Erträge aus Leistungen Personal & Dritte	10'479	12'116
Betriebsbeiträge Trägerkanton	8'129'403	8'157'018
<b>Total Betriebsertrag</b>	<b>12'112'527</b>	<b>11'995'719</b>
Ausserordentlicher Aufwand	0	0
Ausserordentlicher Ertrag	7'000	8'739
<b>Jahresgewinn</b>	<b>328'901</b>	<b>60'256</b>



Die Jahresrechnung 2019 wurde von Burkhard & Partner Treuhand GmbH in Bern entsprechend den gesetzlichen Vorschriften geprüft.

Mit der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern besteht ein Leistungsvertrag mit jährlich neu festgelegter Leistungsabteilung.

**B&P**  
Burkhard & Partner Treuhand GmbH

Steuer-, Finanz- und  
Wirtschaftsberatung  
Gesellschaftsgründungen  
und -umwandlungen  
Gutachten, Revisionen  
Buchhaltungen  
Abschlussberatungen  
Immobilien-Treuhand

---

Weissensteinstrasse 31  
3008 Bern  
Telefon 031 371 99 77  
Telefax 031 371 99 78

CHE-112.434.067 MWST

Bern, 21. März 2020

Bericht der Revisionsstelle  
zur Eingeschränkten Revision  
an den Stiftungsrat der  
Stiftung Tannacker  
Tannackerstrasse 7  
3302 Moosseedorf

---

Als Revisionsstelle haben wir die Jahresrechnung (Bilanz, Betriebsrechnung und Anhang) der Stiftung Tannacker für das am 31. Dezember 2019 abgeschlossene Geschäftsjahr geprüft. Die Revision der Vorjahresangaben ist von einer anderen Revisionsstelle vorgenommen worden.

Für die Jahresrechnung ist der Stiftungsrat verantwortlich, während unsere Aufgabe darin besteht, diese zu prüfen. Wir bestätigen, dass wir die gesetzlichen Anforderungen hinsichtlich Zulassung und Unabhängigkeit erfüllen.

Unsere Prüfung erfolgte nach dem Schweizer Standard zur Eingeschränkten Revision. Danach ist diese Revision so zu planen und durchzuführen, dass wesentliche Fehlansagen in der Jahresrechnung erkannt werden. Eine Eingeschränkte Revision umfasst hauptsächlich Befragungen und analytische Prüfungshandlungen sowie den Umständen angemessene Detailprüfungen der beim geprüften Unternehmen vorhandenen Unterlagen. Dagegen sind Prüfungen der betrieblichen Abläufe und des internen Kontrollsystems sowie Befragungen und weitere Prüfungshandlungen zur Aufdeckung deliktischer Handlungen oder anderer Gesetzesverstöße nicht Bestandteil dieser Revision.

Bei unserer Revision sind wir nicht auf Sachverhalte gestossen, aus denen wir schliessen müssten, dass die Jahresrechnung nicht Gesetz, Stiftungsurkunde und Reglement entspricht.

B&P  
Burkhard & Partner Treuhand GmbH

Jürg Führer  
dipl. Wirtschaftsprüfer  
zugelassener Revisionsexperte

Jahresrechnung

# SCHREIBWERKSTATT

Am 8. Januar 2020 schreiben Severin, Maja, Christian und Dieter, Daniela und Res, Isabelle und Birte in einer Schreibwerkstatt Texte und Gedichte zum Thema Freiraum.

## Elfchen

Wir schreiben ein Gedicht mit elf Wörtern. Diese Wörter sind verteilt auf 5 Zeilen: 1 - 2 - 3 - 4 - 1. Das Gedicht beginnt mit FREI und endet mit RAUM

Frei  
Wo isch  
de da dr  
Platz dr zwüsche?  
Rum  
Severin

Frei  
Tseit Artieb  
Ernfsehen und Lingerie  
Ich habe gerne frei  
Raum  
Daniela

Frei  
Blaue Wellen  
Der Aare entlang  
Strömung fliessend sprudelnd grenzenloser  
Raum  
Maja

Frei  
Heit ist  
Ein Lebens Elixier  
Licht in einem engen  
Raum  
Dieter

Frei  
ist gut  
Divertimentos schaue ich  
gerne, das ist ein  
Traum  
Christian



Dieter: New Mexico.  
Albuquerque.  
Native Amercians.  
Latinos und Latinas.  
  
Ghost Ranch.  
  
Georgia o'Keeffe.  
Sonne, Fels und Himmel.



Liegt im den USA und das ist ein freies Land?!?!  
Wie spricht sich das aus? Hier bist du ganz frei.  
Leben viele in diesem Staat, sind nicht frei, Reservate!  
Leben gemeinsam mit den Bleichgesichtern im gleichen  
Land und teilen sich die Räume.  
Liegt im Norden von New Mexico und ist grösstenteils  
unberührt Frei.  
Malerin, die in Ghost Ranch wirkt.  
Sind frei in diesem Raum! Dieters Bild

Christian: Auf meinem Bild sitze ich auf einem Pferd und reite. Das Bild hängt in meiner Wohnung in der Küche, und alle, die zu Besuch kommen, schauen es sich an.



## Wortketten

Wir bilden Wortketten, mit welchen wir von FREI zu RAUM gelangen.

FREIluft	FREItag
Luftschloss	Tageszeit
Schlossgespenter	Zeitlos
Gespensterketten	Loskauf
Kettensäge	Kaufrausch
Sägemehl	Rauschdichter
Mehlwurm	Dichterkreis
Wurmloch	Kreissaal
Lochness	Salami
Nessquick	Amischlitten
Quicksuppen	Schlittenfahrt
Suppenkaspar	Fahrtwind
Kaspartheater	Windrad
Theaterbühnen	Radquer
Bühnenbilder	Querflöten
Bilderbuch	Flötenkonzert
Buchweizen	KonzertRAUM
Weizenkorn	
Kornblumen	
Blumenkohl	
Kohlmeisen	
Meisenfutter	
FutterRAUM	

## Ein Bilder-Rahmen schafft Freiraum

Wie sieht mein Bild aus, das ich in diesen Rahmen einfügen will? Wo hängt das Bild und wer betrachtet es?

Isabelle: «Mein Spiegelbild.» Im Wohnzimmer der Gruppe Blau hängt mein Bild. Ich lache und bin sehr zufrieden. Ich freue mich, mich so fröhlich auf dem Bild wiederzusehen.

Daniela: Mein Bild hängt im Wohnzimmer von Natalia. An der Wand hängt ein Gemälde, das Natalia in ihren schönsten Kleidern zeigt. C+A ziet alli a! Sie hat pinke Haare und glänzenden Ohrschmuck. Das Bild hat Albert Einstein gemalt. Natalia ist am Lernen für die Prüfung. Wenn sie nicht aufpasst, stehlen ihre beiden Katzen den Kugelschreiber und spielen damit, dann kann Natalia nicht mehr lernen. Wenn sie beim Lernen müde wird, schaut sie das Bild an und denkt: Wenn ich alles genau richtig lerne, werde ich so gescheit wie Albert Einstein.

Maja: Mein Bild ist Teil einer besprayten Wand an einem Haus; jede Nacht verändert sich das Bild etwas. So bin ich jedesmal neugierig, wie es dieses Mal aussieht.

Severin: Da steht ein Mann vor meinem Dreiminuteneibild. Was macht der da? Wer ist das denn? Das frag ich ihn, in umgekehrtem Plan. Lorient ist er, er guckt. Ich auch. Dann sprechen wir. Über Eier und Zeit und verlieren uns in meiner Küche.

## Reimen

Wir schreiben ein Gedicht mit 7 Zeilen.  
3 x kommt ein Reim auf FREI vor,  
4 x ein Reim auf RAUM.  
Nach Möglichkeit kommen auch die Wörter selber vor.

Eins zwei drei  
Ist mir allerlei  
Vier ist Schaum  
In meinem Flaum  
Bart dann kaum  
Wange ist frei  
Kuss hat Raum.

Ich nehm mir Freiraum.  
Regeln schern mich kaum.  
Zuerst gab es das Ei?  
Huhn war Nummer Zwei?  
Das ist mir allerlei.  
Das Leben als Traum.  
Ich fühle mich frei.

Severin  
Es war einmal ein Ei  
Das glänzte auf dem Teller wie ein Hirschgeweih  
Der Hirsch der hatte einen Traum  
Er hüpfte durch den Wald und sang O Tannenbaum  
Da stolperte er über den Gartenzaun und aus der Traum  
Fühlte sich nicht mehr frei sondern wie Blei  
Und landete im Krankenraum.

Maja

Hans isst den Brei  
Der Hirsch zeigt sein Geweih  
Er streift damit den Baum  
Die Zwerge singen O Tannenbaum  
Hans hört sie kaum  
Das Leben im Wald ist frei  
Es ist der grösste Wohn-Raum

Christian/Dieter

Es war einmal ein Ei  
Das war ein Osterei  
Mit einem weichen Flaum  
Und etwas Rasierschaum  
Hoch oben auf einem Baum  
Da war es auf der Fichte frei  
Und ganz allein im Raum.

Daniela

Ein Brei war so schwer wie Blei.  
Das ist einerlei, zweierlei, allerlei.  
Der Traum war Alptraum und wurde zu Schaum.  
Aus dem Schaum gab es Rasierschaum, der dem  
Raum als Saum wohl kaum diente.  
Dann fand ich einen Flaum und hing ihn an den Zaun.  
Der Hai war endlich frei.  
Und fand zurück in seinen Raum.

Isa/Birte