

# Rotary

SUISSE  
LIECHTENSTEIN

## 22 UN MOMENT POUR SOI

« La nuit offre un espace au ressenti et à l'extériorisation des émotions positives », dit Rot. David Sander

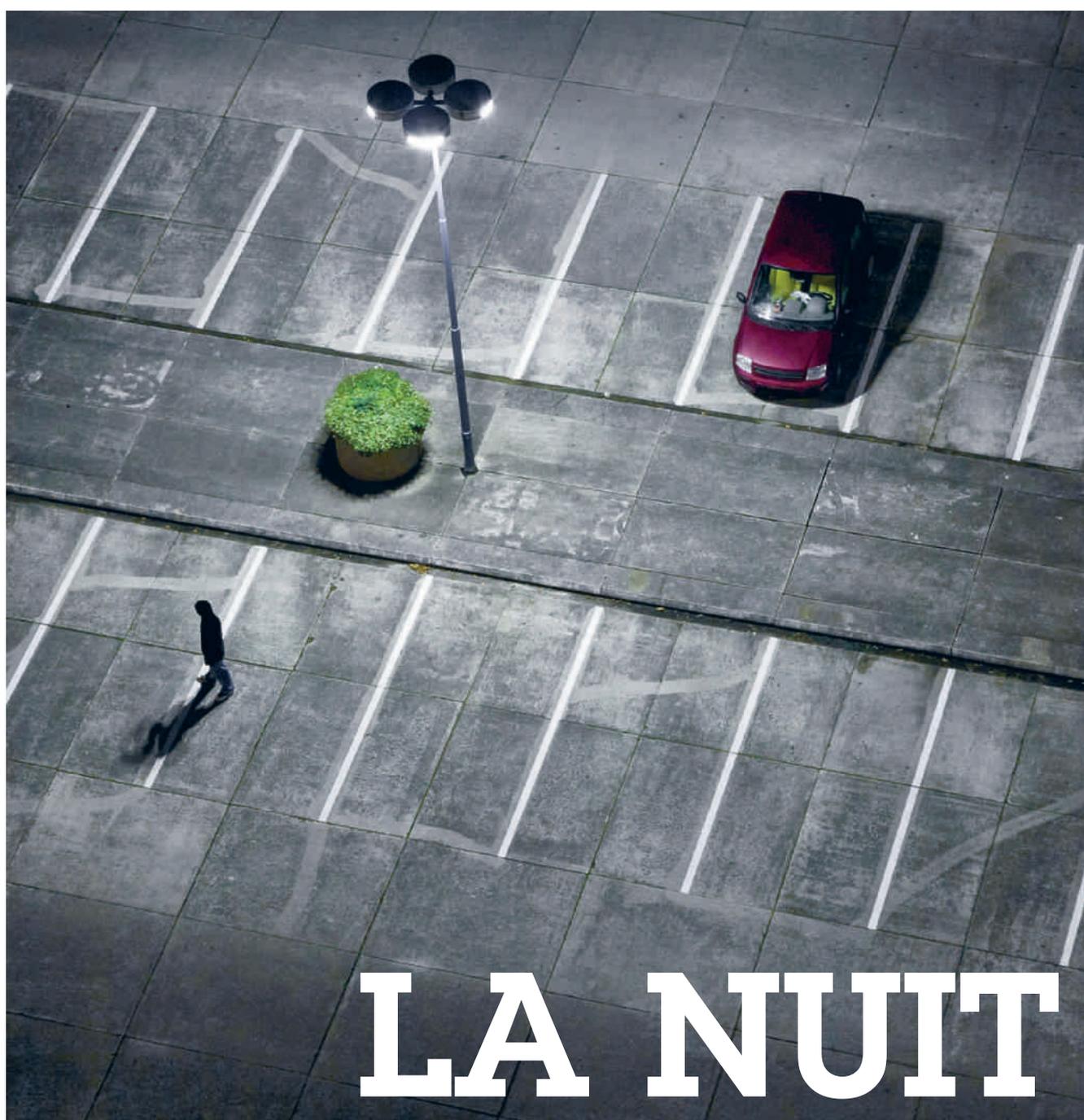
## 24 ERHABEN UND MAGISCH

Von Geburt bis Mondlandung: PDG Alois Grichting lädt ein zum «Nachtprogramm»

## 28 EULEN, GEISTER UND LERCHEN

Warum wir schlafen und wie wir die innere Uhr austricksen können: ein Interview mit Rot. Achim Haug

11  
19  
NOVEMBRE



# LA NUIT



**Spezialangebot:  
Wir schenken  
Ihnen den Flug**

# Expedition Antarktis

**Direkt und preiswert zu den Pinguinen: Entdecken Sie den sechsten Kontinent und geniessen Sie den Komfort des modernen Hurtigruten Expeditionsschiffs. Profitieren Sie von unserem Angebot:**

- Expeditionsschiffe MV Fridtjof Nansen und MV Roald Amundsen mit Hybrid-Antrieb
- Bequemer Edelweiss Direktflug nach Buenos Aires
- Tierparadies Antarktische Halbinsel: Riesige Pinguinkolonien, beeindruckende Berg- und Eislandschaften

Ab Fr. 8290.- für 15 Tage ab/bis Zürich bei Buchung bis 31.12.2019 und Abreise zwischen 6.11.-16.12.2020.  
Inkl. Flug, Garantie-Kabine, Vollpension und Ausflüge gemäss Programm. Infos und Daten unter:  
[www.kontiki.ch/special-antarktis](http://www.kontiki.ch/special-antarktis)



**Tel. 056 203 66 11**

**[www.kontiki.ch](http://www.kontiki.ch)**

## EDITORIAL

## ET DONC : BONNE NUIT

Aux États-Unis, rien ne m'énerve plus que ce sempiternel « How ya doin ? ». Ça commence le matin quand je quitte la maison et que le portier s'inquiète – d'un ton mielleux – de ma santé. A la caisse chez Bloomingdale, le soir chez l'Italien ou quand je croise des connaissances – cette formule toute faite est dans toutes les bouches. Si je réponds en toute franchise, mon interlocuteur se montre irrité, presque stupéfait. Tout ce qui va au-delà de la réponse stéréotypée « Fine, thank you », est interprété comme trop personnel – et donc mal accepté. Je pensais que des formules mécaniques étaient un phénomène américain jusqu'au jour où je me suis vu interpellée avec un « Bien dormi ? », une des questions de pure politesse en Europe. Chez nous aussi, on n'attend pas une réponse précise.

En règle générale, le sommeil n'est pas

un sujet que l'on approfondit. Mais quand des problèmes d'insomnie se manifestent, quand la paix nocturne est perturbée et que le travail diurne en pâtit, nous décidons de prendre les choses en main.

Dans l'Antiquité, c'était tout différent. Le philosophe grec Héraclite a traité de la relation entre les trois composants : nuit, rêve et sommeil. Il écrit : Ceux qui sont réveillés ont un monde commun alors que ceux qui dorment se tournent vers leur propre monde. Cet autre monde est un monde avec ses peurs. La nuit nous vole le contrôle sur nous-mêmes, nous sommes dans l'incapacité de nous défendre, nous sommes vulnérables.

Ce n'est pas avec des présomptions, mais avec de l'artillerie lourde que l'on s'attaque au sommeil depuis le début du XX<sup>e</sup> siècle. Depuis 1924, l'électroencéphalogramme permet de mesurer et de

tracer les ondes cérébrales. Mais la vraie percée scientifique a eu lieu en 1953 avec la découverte du rêve ou sommeil REM (Rapid Eye Movement). Depuis lors, nous faisons la différence entre deux phases de sommeil : le sommeil profond ou Non-REM et le sommeil léger REM. Alors que ce qui a été appris est traité mentalement pendant la phase de sommeil profond, le traitement émotionnel et physique du processus d'apprentissage et de mouvement a lieu surtout pendant la phase REM, resp. la phase du rêve.

Peu importe votre méthode sommeil, que vous soyez un nocturne ou un lève-tôt, je vous souhaite une bonne nuit.

Et auparavant, bonne lecture !

**Verena Maria Amersbach**  
Rédactrice en chef

# NA DANN: GUTE NACHT!

In den USA geht mir nichts so auf die Nerven wie das ewige «How ya doin?». Morgens beim Verlassen des Hauses ist's der Portier, der sich – vermeintlich – nach meinem Befinden erkundigt. Bei Bloomingdale's an der Kasse, abends beim Italiener oder beim Treffen mit Bekannten – die Floskel grassiert regelrecht. Antwortet man wahrheitsgemäss, wirkt der Fragende irritiert, fast erschreckt. Alles, was über das ebenfalls floskelhafte «Fine, thank you» hinausgeht, ist allzu schnell allzu persönlich – und damit unerwünscht.

Ich dachte immer, das pseudomässige Fragen sei ein US-amerikanisches Phänomen. Bis ich aufs «Häschi guat geschlofa?» kam, eine der meistgestellten Höflichkeitsfragen der mitteleuropäischen Kultur. Wie beim «How ya doin?» wird auch hier keine ernsthaftige Antwort erwartet.

Generell beschäftigt man sich nur un-

gern mit dem Thema Schlaf. Erst, wenn Probleme auftreten, wenn die Nachtruhe gestört ist und das Tagwerk darunter leidet, ringen wir uns dazu durch.

In der Antike war das anders. Der Grieche Heraklit zum Beispiel hat sich eingehend mit dem Dreigestirn Nacht, Traum und Schlaf beschäftigt. «Die Wachenden», so schreibt er, «haben eine gemeinsame Welt, die Schlafenden aber wenden sich jeder seiner eigenen Welt zu.» Diese andere, eigene Welt ist mit Ängsten behaftet. Die Nacht raubt uns die Kontrolle, macht uns wehrlos, angreifbar, sinniert der Philosoph.

Nicht mit Mutmassungen, sondern mit schwerem Geschütz rückt man dem Schlaf seit Beginn des vorigen Jahrhunderts zu Leibe. Die Entwicklung des Elektroenzephalogramms machte ab 1924 die Messung und Aufzeichnung von Hirnströmen

möglich. Den eigentlichen Durchbruch errang die Schlafforschung 1953 mit der Entdeckung des Traum- oder REM-Schlafs (Rapid Eye Movement). Seither unterscheiden wir beim Schlafen zwei Zustände: den Tief- oder Non-REM-Schlaf einerseits, den leichten REM-Schlaf andererseits. Während Gelerntes im Tiefschlaf geistig verarbeitet wird, findet das emotionale und körperliche Verarbeiten von Lern- und Bewegungsvorgängen vor allem in der REM- bzw. Traumphase statt.

Wie auch immer Sie am liebsten schlafen, ob Sie zu den Nachtmenschen gehören oder Frühaufsteher sind: Ich wünsche Ihnen gute Nacht.

Und vorher: eine frohe Lektüre.

**Ihre Verena Maria Amersbach**  
Chefredaktorin



WIR SORGEN DAFÜR,  
DASS DIE **DRAMATIK** NUR  
**AUF DER BÜHNE**  
STATTFINDET.

 **SECURITAS**

NOVEMBRE 2019

# SOMMAIRE



06

## HILFE FÜR SIMBABWE

Drei Jahre nach der erfolgreichen Verkaufsausstellung ist eine zwölfköpfige Delegation des RC Luzern-Seetal in Afrika zu Gast

09

## ENTDECKUNGSTOUR IM TIERPARK

Eine lange Tradition: Seit 16 Jahren unternimmt der RC Einsiedeln einmal jährlich einen Ausflug mit behinderten Menschen

13

## UNE ACTION TRÈS SYMPATHIQUE

Pour marquer ses 65 ans, le RC Payerne – La Broye a organisé une promenade en tandem avec des malvoyants

14

## LA TÉNACITÉ RÉCOMPENSÉE

Le RC Nyon a consacré son action principale 2018/19 à l'association Nai Qala

16

## BISTRO AM CHURER FEST

Gemeinsam mit dem Zonta Club hat der RC Chur sein Bistro am Churer Fest gerockt. Der Erlös geht an zwei Stiftungen

16

## VOLLER EINSATZ AUF DER STRAHLEGG

Rund 30 Helfer vom RC Oerlikon krepelten am ersten Septemberwochenende für die Stiftung Wagerenhof ihre Ärmel hoch

22

## UN MOMENT POUR SOI

« Et pourtant, la nuit offre un espace au ressenti et à l'extériorisation des émotions positives », dit Rot. David Sander

24

## ERHABEN, MAGISCH, KUMMERVOLL

Von Geburt bis Mondlandung: PDG Alois Grichting lädt uns ein zu seinem ganz persönlichen «Nachtprogramm»

28

## VON EULEN, GEISTERN UND LERCHEN

Warum wir schlafen und wie wir die innere Uhr austricksen können: ein Interview mit Rotarier und Psychiater Achim Haug

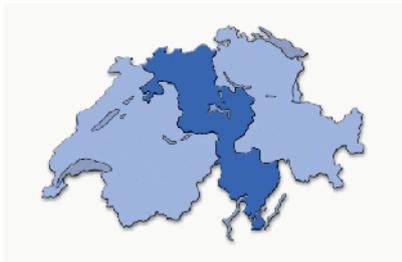
36

## ANGST UND SCHAM ÜBERWINDEN

Im November machen die «Orange Days» mit unzähligen Aktionen auf Gewalt gegen Frauen aufmerksam. Mit dabei: Inner Wheel



**Rotary**  
Distrikt 1980



**GOVERNOR 2019/20**

Hanspeter Pfister  
RC Einsiedeln

**SEKRETARIAT**

Désirée Allenspach  
RC Angenstein  
Römerstrasse 73  
4114 Hofstetten  
T +41 61 721 48 23  
F +41 61 721 48 31  
M +41 79 683 13 83  
dgsekretariat@diamond-office.ch

Anzahl Clubs: 66  
Clubs ohne Frauen: 11  
Mitglieder gesamt: 4183  
Weibliche Mitglieder: 543  
Jünger oder gleich 40 Jahre: 197  
Älter als 65 Jahre: 1686



**RC LUZERN-SEETAL**

# HILFE FÜR SIMBABWE



**Enge Verbundenheit:**  
Mitglieder des RC Luzern-Seetal zu Gast beim RC Harare-Central

Die Zusammenarbeit zwischen dem RC Harare-Central und dem RC Luzern-Seetal nahm ihren Anfang 2016 mit dem Skulpturenprojekt «Art for Charity»: Bei einer Verkaufsausstellung von Shona-Skulpturen in Emmenbrücke wurde damals ein Ertrag von 60000 Franken erzielt. Das Geld floss in ein Spitalprojekt im ländlichen Rusape. Mit einem Besuch in Simbabwe ging die schweizerisch-afrikanische Kooperation im Oktober 2019 nun in die nächste Runde: Unter der Leitung von Clubpräsident Michael Willi reiste eine zwölfköpfige Delegation nach Afrika.

Angesichts der prekären Situation im Lande – Simbabwe erlebt derzeit die schwerste Wirtschaftskrise seit seiner

Gründung 1980; in vielen Regionen herrscht Hungersnot – wollte man nicht mit leeren Händen erscheinen. Der Gemeindienst des Clubs und die Firma Scherler AG des Mitrotariers Stephan Frey hatten sich bereit erklärt, die finanziellen Mittel zur Verfügung zu stellen. Mit diesen besorgte der RC Harare-Central vor Ort Nahrungsmittel, Hygieneartikel und Baumsetzlinge und transportierte sie auch gleich in die abgelegenen Spitäler von Mutoko und St. Triashill. Diese spontane Hilfsaktion festigte die Freundschaft zwischen den beiden Clubs und belegte einmal mehr, wie eng, zuverlässig und vertrauensvoll die Partnerschaft zwischen Luzern-Seetal und Harare-Central ist.

Michael Willi/red | zvg



**Knapp eine Tonne an Hilfsmaterial wurde in Mutoko übergeben**

RC FREIAMT

# GLÜCKWUNSCH, RC FREIAMT!

Am 31. Oktober vor 49 Jahren durfte der RC Freiamt seine Charter aus den Händen von Rot. Robert Barth entgegennehmen, damals Governor des Distrikts 1980 und nachmaliger Präsident (1993/94) von Rotary International.

Der 1927 gegründete RC Aarau hatte 1962 den RC Lenzburg und 1967 den RC Zofingen ins Leben gerufen. Nur gerade zwei Jahre später erhielt er von Governor Guex den «Auftrag», im südlichsten Teil seines Clubgebietes die Gründung eines neuen Clubs voranzutreiben. Die Charterfeier des neuen «RC Freiamt» fand in der



Gründungspräsident Rot.  
Hans Käppeli (1970)

Klosterkirche in Muri am 31. Oktober 1970 statt.

«Götti» Rot. Silvio Schaub aus Wohlen und Mitglied des RC Aarau fand in seiner Ansprache eine mögliche Begründung der Zögerlichkeiten, im Freiamt einen neuen Club zu begründen. Er erinnerte an den «Freiämtersturm» des weit zurückliegenden Jahres 1830. 6000 Mann unter Waffen waren damals Anfang Dezember von Wohlen in die Kantonshauptstadt Aarau gezogen und hatten Erfolg. Die Kantonsverfassung wurde geändert. Gut möglich, dass Aarau einhundertdreissig Jahre später immer noch leicht traumatisiert war.

Am 23. September 1969, vor 50 Jahren, fand die Gründungsversammlung des RC Freiamt mit 25 anwesenden (neuen) Clubmitgliedern statt. Die eigentlichen Feierlichkeiten zum 50-Jahr-Jubiläum werden am 12. Juni 2020 in Muri begangen, wiederum in der Kirche des zeitweise reichsten Klosters nördlich der Alpen.

Der RC Freiamt weist in seinem Jubiläumsjahr 62 Rotarier als Mitglieder aus. Sehr bekannt ist er für seinen Jugenddienst (internationaler Schüleraustausch) und die seit einigen Jahren erfolgenden



Charterfeier vom 31.10.1970

Auszeichnungen guter Maturitätsarbeiten von Schülern an der Kantonsschule Wohlen. Er ist «Götti-Club» des 1990 gegründeten RC Reusstal.

Ueli Ineichen | zvg

## Ihre Spende bewegt uns!



**cerebral**  
Helfen verbindet

Schweizerische Stiftung für das cerebral gelähmte Kind  
www.cerebral.ch Spendenkonto: 80-48-4

RC AARAU

# NEUES FARO-WOHNZENTRUM WINDISCH

Als die Stiftung Faro Ende September auf dem Kunz-Areal in Unterwindisch ihr neues Wohnzentrum einweihte, war auch der RC Aarau vertreten. Zwischen dem Club und der Stiftung besteht seit jeher ein hervorragender Kontakt. Und so haben sich die Rotarier auch am neuen Wohnzentrum finanziell beteiligt.

Bis ins frühe 21. Jahrhundert hinein war die Betreuung behinderter und psychisch kranker Menschen im Aargau eine Aufgabe des Kantons. Diese Betroffenen wurden in den psychiatrischen Kliniken untergebracht und dort quasi «verwahrt». Spezifische Behandlungen oder Betreuungsangebote waren nicht existent. Die Entwicklung in Psychiatrie, Psychologie, Agogik und Gesellschaft bewirkten, dass die betroffenen Menschen heute adäquat behandelt, begleitet und betreut werden. Neben Therapie sind geschützte Arbeits-

plätze und betreutes Wohnen notwendig, damit die Betroffenen in der Gesellschaft voll integriert sind.

Im Kanton Aargau liegt diese wichtige Aufgabe seit 2014 im Verantwortungsbereich der Stiftung Faro. Sie hat innert wenigen Jahren in den Bereichen Therapie, Begleitung, Betreuung und Lebensgestaltung stark beeinträchtigter Menschen ein einzigartiges Angebot geschaffen. Seit Juli dieses Jahres ist nun das neue Wohnzentrum in Betrieb, das 52 Bewohnern ein freundliches Zuhause bietet. Wo früher die Spinnerei Kunz agierte und zuletzt die Schweizer Armee ein Rekrutierungszentrum betrieb, herrscht nach nur neunmonatiger Bauzeit wieder reger Betrieb – mitten im Quartier.

📄 Marianne Koch/red | 📷 zvg

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



**Engagieren sich gemeinsam für das Wohl beeinträchtigter Menschen: Daniel Hohler (Co-Geschäftsführer Stiftung Faro), Marie-Josée Staff-Theis (Präsidentin RC Aarau), Franziska Zehnder (Stiftungsratspräsidentin) und Rosey Schär (Co-Geschäftsführerin und Mitglied im RC Aarau)**

PUBLIREPORTAGE



Wireless Communications AG



## Interessensvertretung

w-com Wireless Communications AG vertritt Ihre Interessen gegenüber Swisscom, Sunrise und Salt, wenn Sie auf Ihren Immobilien kommerzielle Mobilfunk Antennenanlagen haben.

## Neutralisierung von Risiken und Verbindlichkeiten

w-com neutralisiert Ihre Risiken und Verbindlichkeiten aus den einseitigen Provider Mietverträgen, indem wir eine faire obligationenrechtliche Grundlage anwenden auf der Basis von Hunderten bereits nachverhandelten Success Stories bei Banken, Versicherungen, Pensionskassen, Gemeinden und Kantonen sowie Grundeigentümern aus der Industrie- und Energiebranche.

## Analyse

w-com analysiert Ihr Immobilienportfolio hinsichtlich Optimierungsmassnahmen bei bestehenden Antennen oder neu zu vermarktenden Immobilien. In den allermeisten Fällen sind u.a. substantielle Mehrerträge verhandelbar.

## Netzwerk

w-com bietet Ihnen ein breit abgestütztes Netzwerk aus renommierten Grundeigentümern sowie ein profundes Mobilfunk Know-how.

## Weitere Informationen

w-com Wireless Communications AG  
Lüssiweg 37, 6300 Zug  
[info@w-com.ch](mailto:info@w-com.ch) / 041 530 73 73

**RC EINSIEDELN**

# AUF ENTDECKUNGSTOUR IM TIERPARK

Schon seit 16 Jahren unternimmt der RC Einsiedeln einmal jährlich einen Tagesausflug mit Menschen mit Handicap. Ziel war diesmal der Tierpark in Goldau. Nach dem Kaffee reisten 16 Klienten der BSZ Stiftung Einsiedeln mit vier Betreuern und 19 Mitgliedern des Rotary Clubs mit dem öV nach Goldau zum Tierpark. Sofort zerstreuten sich die kleinen Gruppen im Park. Beim Tierfüttern, -beobachten und Staunen verging der Tag wie im Flug. Sogar der Bär und der Wolf zeigten sich in voller Grösse.

Am Mittag trafen sich alle zu einem stärkenden Spaghettiplausch samt Des-

sert. Nach dem Essen streiften die Klienten mit ihren Betreuern und den Rotariern abermals im Park herum – es gab noch so viel zu entdecken.

Der gemeinsame Ausflug ist für alle Beteiligten ein tolles Erlebnis: Für die Klienten stellt er eine willkommene Abwechslung dar; für die Rotarier ist das Zusammensein mit den behinderten Menschen eine ebenso lehrreiche wie freudige Erfahrung. Man darf daher hoffen, dass Ursi Zehnder auch im kommenden Jahr wieder einen solchen Anlass organisiert.

📄 Karl Roos/red | 📷 zvg

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



**Eroberten gemeinsam den Tierpark:**  
Klienten der BSZ Stiftung Einsiedeln und  
Mitglieder des RC Einsiedeln

**RC SOLOTHURN-LAND**

# MIT «FOCUS JUGEND» ON TOUR

Der Ausflug, den der RC Solothurn-Land einmal jährlich mit der Stiftung «focus jugend» organisiert, führte diesmal tief in den Jura. Bei schönstem Herbstwetter brachen 20 Kinder und Jugendliche mit ihren Betreuern und den zehn mitgereisten Rotariern zu einer Kanutour auf dem Doubs auf.

Nach der Ankunft in Goumois und einer kleinen Stärkung hiess es Schuhe und Socken aus- und Schwimmwesten anziehen. Nach einer kurzen Einführung in die Paddeltechnik wurden die zwölf Kanus mit Besatzung zu Wasser gelassen. Gemütlich begann man die rund fünf Kilometer lange Fahrt. Da der Doubs sehr wenig Wasser führte, galt es manche Herausforderung zu meistern. Nach rund zwei Stunden hatten alle wohlbehalten, aber nicht mehr ganz trocken das Ziel erreicht und die Kanus wurden wieder ausgewässert.



**Startbereit für die Kanufahrt auf dem Doubs**

Auf die tapferen Kanuten wartete da schon das Mittagessen. Beim anschließendem Kuchenbuffet – alle Köstlichkeiten stammten aus rotarischen Küchen – klang der tolle Tag aus. Sowohl den

Kindern und Jugendlichen als auch den Rotariern wird er in bester Erinnerung <<<<<bleiben.

📄 Markus Juchli/red  
📷 Markus Juchli

**RC STANS**

# FÜR DIE BERUFLICHE REINTEGRATION

Seit zwölf Jahren zeichnet der RC Stans in Zusammenarbeit mit der Ausgleichskasse/IV-Stelle Nidwalden einmal jährlich Firmen aus, die sich in besonderer Weise um die berufliche Reintegration bemühen. Die diesjährige Preisträgerin ist die Montana Sport International AG aus Stans. Sie wurde an der feierlichen Preisverleihung durch die HR-Verantwortliche Sabine Gutzwiller vertreten.

Rot. Monika Dudle-Ammann, zugleich Direktorin der AHV/IV-Stelle Nidwalden, hielt in ihrer Laudatio fest, dass die Wiedereingliederung von Mitarbeitenden immer wieder gut gelinge. So geben

die ausgezeichneten Unternehmen jungen Menschen mit einer Behinderung eine Chance – sei es mit der Möglichkeit, eine Lehre anzutreten oder ein Praktikum zu absolvieren.

Die Idee und die Realisierung des Preises sind ein Gemeinschaftswerk des RC Stans (vertreten durch den Präsidenten Patrik Gnos), der gemeinnützigen Stiftung des Vereins (vertreten durch Rot. Peter Murer) und der Ausgleichskasse.

Nach der offiziellen Übergabe des Preisgelds (2000 Franken) war ausreichend Gelegenheit zum Networking.

📄 Peter Joho/red | 📷 zvg



**Setzen sich für die berufliche Wiedereingliederung ein (von links): Rot. Peter Murer (Präsident der gemeinnützigen Stiftung des RC Stans), Sabine Gutzwiller (Vertreterin der Preisträgerin) und Rot. Monika Dudle-Ammann (Direktorin der AHV/IV-Stelle Nidwalden)**

**RC WYNEN- UND SUHRENTAL**

# 10 ROTARY MEETS MEDIZIN

Die Mitglieder des RC Wynen- und Suhrental freuen sich dieses Clubjahr über ein spannendes Programm mit klar medizinischem Schwerpunkt. Kardiologe und Programmchef Martin Steiner konnte mit Dr. Tilmann Möltgen (Stv. Chefarzt Urologie am Kantonsspital Aarau), Prof. Thierry Carrel (Direktor der Klinik für Herz- und Gefässchirurgie am Inselspital Bern) und Prof. Krassen Nedeltchev (Rotarier und Chefarzt Neurologie am Kantonsspital Aarau) bereits drei Koryphäen auf ihrem Gebiet für Vorträge gewinnen.

Thierry Carrel reiste zu seinem Referat auf dem Rütihof mit dem E-Bike an und gab damit leuchtendes Beispiel für das Motto unserer Gesellschaft: «Gesünder älter werden». Seine Ausführungen über die Entwicklung, welche die Operation am offenen Herzen in den vergangenen 70 Jahren genommen hat, fesselten die Zuhörer. Hatte man vor Jahren noch viele Wünsche, die unerfüllbar blieben, so ist heute dank dem technologischen Fortschritt «eher zu viel machbar als wünschbar». Krassen Nedeltchev bot beim RC Wynen- und Suhrental einen umfassenden



**Prof. Thierry Carrel zu Gast beim RC Wynen- und Suhrental auf dem Rütihof**

den Einblick in Geschichte und Technik der Neurologie. Der Schlaganfall sei heutzutage Todesursache Nummer zwei. Warum es zu Gefässverschlüssen im Gehirn käme, sei bekannt; entscheidend sei, dass rasch gehandelt werde: Innerhalb vier Stunden müsse ein Computertomograf zum Ein-

satz kommen, so der Professor. Unter seiner Leitung betreut das Kantonsspital Aarau jährlich mehr als 900 stationäre Patienten mit Schlaganfall, Hirnblutung und Ähnlichem.

📄 Heinz Gehrig/red | 📷 Erina Guzzi

## REGION SOLOTHURN

# ROKJ – JETZT AUCH IN SOLOTHURN

Als rotarisches Gemeinschaftsprojekt von Rotary, Inner Wheel und Rotaract ist ROKJ bereits in mehr als 20 Regionen der Schweiz tätig – jetzt auch in Solothurn. Und die Hilfe tut not. Schätzungen zufolge leben in und um Solothurn rund sieben Prozent Kinder und Jugendliche in wirtschaftlich prekären Lebensverhältnissen – die Tendenz ist steigend. Davon erhalten rund zwei Drittel keine Sozialhilfe oder entsprechende Unterstützung.

Genau dort setzt ROKJ an. Das Projekt unterstützt wirtschaftlich und sozial benachteiligte Kinder und Jugendliche durch die Förderung ihrer Potenziale und Talente. ROKJ hilft finanziell, wenn es beispielsweise um Sport, Musik, Gesundheit, Mobilität und Betreuung geht. Finanziert durch Spendengelder ermöglicht ROKJ zum Beispiel die Miete eines Musikinstrumentes, zahlt den Jahresbeitrag für den Sportverein oder eine notwendige Zahnbehandlung; auch die Kosten des Skilagers, einer Aufgabenhilfe und andere Auslagen können übernommen werden, sofern das Gesuch die Kriterien von ROKJ erfüllt. Ein Team aus Mitgliedern von Rotary und Rotaract prüft die Unterlagen und Daten vertraulich und entscheidet in der Regel innert ein bis zwei Wochen.

ROKJ will jedoch nicht nur die aktuelle Not lindern, sondern nachhaltige Wirkung erzielen, indem Kinder und Jugendliche durch altersgerechte Teilnahme in die Gesellschaft integriert werden respektive integriert bleiben. ROKJ-Unterstützungsgesuche können Privatpersonen, Behörden, Schulen und Vereine einreichen. Die Gesuche müssen der Zielsetzung von ROKJ entsprechen und im Vorfeld gestellt werden.

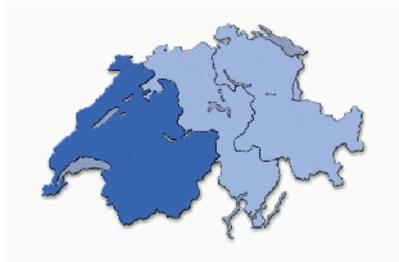
📄 Claudia Späti/red | 📷 zvg

🌐 [www.rokj.ch](http://www.rokj.ch)



Engagieren sich gemeinsam für wirtschaftlich benachteiligte Kinder in der Region Solothurn (von links): ROKJ-Taufpate und PDG Roland Wunderli mit dem ROKJ-Team Regula Rütli, Franco Zambrino, Claudia Späti, Patric Howald, Lukas Stuber, Christine Davatz und Markus Juchli. Auf dem Bild fehlt: Matthias Reitze

**Rotary**  
Distrikt 1990



#### GOVERNOR 2019/20

Blaise Matthey  
RC Payerne – La Broye

#### SECRÉTARIAT

Claire Neyroud  
Chemin de la Chiésaz 3  
1024 Ecublens  
M +41 76 387 76 50  
claire.neyroud@metaphores.ch

Nombre de clubs: 77  
Clubs sans femmes: 28  
Nombre de membres: 4625  
Membres femmes: 449  
Membres de 40 ans et moins: 197  
Membres de plus de 65 ans: 1848

#### RC BERN

## AUF EXPEDITION IN NORDOSTSIBIRIEN

Wissenschaftlich geleitet von Professor Ulf Buentgen von der Universität Cambridge (GB) und Professor Andreas Rigling von der Forschungsanstalt WSL der ETH wurde in Nordostsibirien, in der autonomen Provinz Tschukotka, während drei Wochen die Folgen vulkanischer Tätigkeit erforscht; die Bedingungen waren sehr schwierig. Mit von der Partie waren auch russische Wissenschaftler von den Universitäten Krasnojarsk und Yakutsk und Rot. Men Haupt vom RC Bern, der auch diese Expedition mit anderen privaten Sponsoren finanziert und mitorganisiert hat und u. a. für den Bärenschutz zuständig war.

Ziel der Anyul-Expedition war die Untersuchung eines weitgehend unbekanntem Vulkanausbruchs, der einen rund 50 Kilometer langen Lavastrom hinterlassen hat.

Die Zusammenhänge zwischen Vulkanaktivität und Klimavariabilität sollten anhand von wissenschaftlichen Proben

(Holz, Flechten, Sediment und Gestein) aufgezeigt werden. Herausforderungen stellten die Logistik (Transporte per Helikopter) und die Kommunikation (keine Verbindungen) sowie Klima und Umweltbedingungen. Die grossen Temperaturschwankungen innerhalb eines Tages (nachts minus 5 Grad, tagsüber bis plus 30 Grad) und das unwegsame Gelände forderten die Teilnehmer zusätzlich heraus.

Die Expedition war in allen Belangen erfolgreich. Zahlreiches Material konnte sichergestellt und nach England und in die Schweiz transportiert werden. Diese Proben werden nun umfassend ausgewertet, die Ergebnisse werden in wissenschaftlichen Zeitschriften publiziert. Das Interesse an der Region «Beringia» (Beringstrasse) ist enorm gross. Bereits jetzt werden weitere private Sponsoren für die nächste Expedition 2020 in diese Gebiete gesucht.

Men Haupt | Men Haupt



Auf Bärenpatrouille in der Tundra

## BERNER ROTARY CLUBS

## MONATSAPÉRO

Ich hatte ein schlechtes Gewissen; da bist du Korrespondent für das Rotary-Magazin und hast noch nie den Monatsapéro aufgesucht. Dabei besteht er schon seit bald zwei Jahren, und alle Berner Clubs weisen in ihrer Quartalsagenda darauf hin. Also, nun geh schon!

Ich ging und war sogar zu früh da. Der Stammtisch war zwar bereits dicht besetzt, und auch an zwei weiteren Tischen wurde eifrig zugetrunken – nur: Rotarier waren das alle nicht, sondern ganz gewöhnliche Gäste. Die Bardame wusste zwar, dass demnächst ein Apéro stattfinden sollte, aber sie war erst seit gestern da beschäftigt und konnte mir auch nicht weiterhelfen. Im Gegenteil, sie fragte mich – Mich! –, wie sie das nun anrichten solle. Da, kurz nach der angekündigten Zeit

kommt ein Rotarier herein; ich kenne ihn sogar, er ist ja von meinem eigenen Club. Wir begrüßen uns auch, nur – er setzt sich dann an den Stammtisch, zu dem er ganz offensichtlich auch gehört. Aber jetzt, eine Rotarierin vom Nachbarclub setzt sich zu mir, wir kennen uns auch, und dann tröpfelt es herein. Sechs, acht weitere Rotarierinnen und Rotarier von verschiedenen Clubs (nur mit einem bin ich schon bekannt) kommen hinzu, einer beginnt Tische zusammenschieben und da und dort Stühle zu entleihen, die Bardame bringt Fleischklösschen und Apérobrötchen und wir bestellen: Eistee, Bier oder Wein. Der Gedankenaustausch über Clubgrenzen hinweg kann beginnen; dafür war der Apéro am ersten Mittwoch des Monats ja gedacht.

kl

## RC AUBONNE

## AMICALE ROTARIENNE DE CAVALIERS RANDONNEURS

Dans le cadre de leur semaine annuelle d'équitation, cette année du 22 au 28 septembre, une quinzaine des membres de l'Amicale Rotarienne de Cavaliers Randonneurs (ARCR) basée au Chalet-à-Gobet (près de Lausanne), a sillonné les campagnes et forêts du Plateau d'Echallens à la vallée de la Broye à raison d'une quarantaine de kilomètres chaque jour.

Les randonneuses et randonneurs de l'ARCR se sont réunis pour leur soirée récréative le jeudi 26 septembre, sous un soleil radieux, face au Lac Léman sur la splendide terrasse de la Maison de Commune de Perroy. D'entente entre le DG Blaise Matthey et le président du RC Aubonne, François Chaudet, le rotarien Aimé Roch du RC Aubonne, vice-président de l'ARCR, s'est vu remettre l'insigne « PHF » en remerciement pour ses nombreux services. Notre DG étant absent, cette distinction lui a été remise par le PDG Franz-



Rot. Aimé Roch et PDG Franz-Henri Gilliéron

Henri Gilliéron, également cavalier émérite et président de l'ARCR, ceci avec la verve qu'on lui connaît.

Oliver Narbel | zvg

## RC PAYERNE - LA BROYE

MANIÈRE  
ORIGINALE  
DE FÊTER  
SES 65 ANS

Avec un jour d'avance sur la date de son anniversaire, le RC Payerne – La Broye a organisé une action originale et très sympathique de marquer ses 65 ans : prendre des malvoyants ou des aveugles en tandem.

Le 31 août, cinq rotariens et Pascal Richard en « Guest Star » se sont retrouvés à Romont. Les équipages ont été formés et les tandems réglés. Après une rapide prise en main, le peloton s'est mis en route dans la campagne romontoise.



Il s'en est suivi une balade de quelque 50 km avec une halte dans un restaurant ; toute l'équipe a partagé non seulement le repas, mais aussi des anecdotes et des moments privilégiés. Les pilotes se sont transformés en assistants des aveugles et malvoyants et ont aidé ces derniers pendant le repas. Ils se sont vite rendu compte des contraintes, et surtout des astuces déployées par leurs nouveaux amis. A relever que notre champion olympique a été très surpris par l'effort que cela lui avait demandé et il a même reconnu être un peu fatigué.

Magnifique expérience, moments de partage et une superbe ambiance ! Plusieurs rotariens se sont d'ailleurs promis de refaire quelques balades avec eux, soit en groupe ou individuellement.

Une autre manière de fêter l'anniversaire de notre club – donner un peu de son temps pour rendre des gens heureux.

Daniel Gasser | Daniel Gasser

ROTARY CLUB DE NYON

## LA TÉNACITÉ RÉCOMPENSÉE : MADAME TAÏBA RAHIM FONDATRICE DE L'ASSOCIATION NAI QALA

Tout a commencé quand le père de Taïba Rahim, homme très respecté dans son village de l'Hindukush (massif montagneux en Afghanistan) l'a envoyé faire des études, mais il attendait en retour un apport bénéfique pour sa région. Taïba a tenu promesse et est revenue avec le dessein de redonner une dignité à la femme : elle a réussi.

Pour elle, la dignité humaine passe par l'éducation des enfants (filles et garçons). Les dix écoles de la région instruisent aujourd'hui plus de 10 000 enfants de 7 à 15 ans (2 projets sont en cours pour les 4-7 ans). Comme la région manquait aussi de soins de base, elle a fait construire un dispensaire avec salle d'accouchement (médecin et sage-femme sur place) qui dessert une population >20 000 habitants. Chute du taux de mortalité infantile périnatale de 25% à 2,5% et de la mortalité maternelle très importante. En 2007, Taïba Rahim a aussi fondé l'association Nai Qala. Le RC Nyon qui participe financièrement à ses actions depuis plusieurs années a consacré son action principale 2018-2019 à Nai Qala.

Une soirée caritative a aussi été organisée dans les locaux de la Clinique de Genolier qui a mis sa salle de spectacle à disposition et a offert l'apéritif, le repas et les boissons. La soirée s'est poursuivie par le spectacle original « Nous » de Yann Lambiel et Marc Donnet-Monay. Cette synergie RC Nyon et Clinique de Genolier a permis de boucler les comptes avec un bénéfice de 25 000 francs pour Nai Qala.

 Pierre-Alain Brioschi  
 Pierre-Alain Brioschi

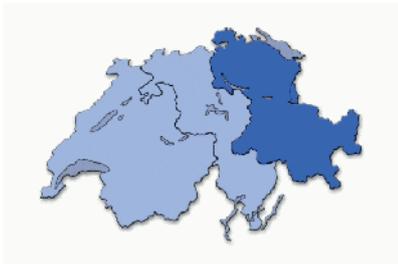
**Premières heures de classe à l'abri du froid et des intempéries. Garçons et filles sont assis dans la première école construite par l'association Nai Qala**



## RC AU AM ZÜRICHSEE

# SCHULKLASSE AUS POSCHIAVO ZU GAST AM ZÜRICHSEE

**Rotary**  
District 2000

**GOVERNOR 2019/20**

Magdalena Frommelt  
RC Liechtenstein-Eschnerberg

**SEKRETARIAT**

Ursula Gervasi  
Rotary eClub 2000  
Burkardusstr. 35  
5632 Buttwil  
M 079 362 34 99  
secretary@rotary2000.ch

Anzahl Clubs: 77  
Clubs ohne Frauen: 8  
Mitglieder gesamt: 4443  
Weibliche Mitglieder: 635  
Jünger oder gleich 40 Jahre: 175  
Älter als 65 Jahre: 1773

20 Realschüler aus Poschiavo waren für zwei Tage am Zürichsee zu Gast. Eingeladen hatte der RC Au am Zürichsee. Dieter Graf (Jugenddienst) und Manuela Tanner (Gemeindienst) hatten für die Jugendlichen zwischen 14 und 15 Jahren ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt. So durften sie sich nach der rund fünfständigen Anreise per Bahn auf eine Altstadtführung in Zürich, auf die Erkundung des Bergwerks Käpfnach und ein ausgedehntes Abendessen mit den rotarischen Gastgebern in Horgen freuen.

Letzteres bot Gelegenheit, den Unterländern das wunderschöne Puschlav vorzustellen. Die Schüler begrüßten ihre Gastgeber mit einer Sonderausgabe der Tagesschau, wo sie über aktuelle Ereignisse aus ihrer Heimat berichteten. Alle Jugendlichen stellten bei der Präsentation ihre guten Deutschkenntnisse unter Beweis. Zahlreiche Sportangebote, wie ein eigener Eishockey- und Fussballclub,

Schwimmen und Fischen im Lago di Poschiavo sowie jede Art von Schneesport sorgen für Abwechslung. Daneben besteht ein reiches Kulturangebot. Die Rotarier waren von dieser Vielfalt und den schönen Bildern beeindruckt; am liebsten wären sie gleich mit den Jugendlichen für einen Gegenbesuch zurück nach Poschiavo gefahren.

Die Freundschaft mit der Schule Poschiavo hat eine lange Tradition. Nach der Unwetterkatastrophe, die 1987 fast das ganze Dorf Poschiavo überschwemmte, spendete der RC Au am Zürichsee kurzerhand 20000 Franken. Ein Jahr später lud der damalige Jugenddienst-Verantwortliche Hanspeter Leuthold eine Realschulklasse aus Poschiavo an den Zürichsee ein. Seither findet dieser Anlass alle zwei Jahre statt. Einige der ersten Besucher konnten bereits ihre eigenen Kinder an den Zürichsee schicken.

📧 Ruth Amstein/red 📧 Jan Lipton

—  
15  
—



**RC CHUR**

# BISTRO AM CHURER FEST

Als Mitte August das Churer Fest mehr als 95 000 Besucher anlockte, war auch der RC Chur mit am Start: 54 Churer Rotarier und Angehörige sowie 17 Mitglieder des Zonta Club leisteten während drei Tagen in neun Teams vor und hinter der Bistro-Theke insgesamt 372 Arbeitsstunden. Der Reinerlös kommt traditionell einer gemeinnützigen Einrichtung zugute. Diesmal wurden (auch dank einem District Grant der Rotary Foundation) zwei Kinderheime in Honduras bzw. Ecuador mit 9000 Franken unterstützt.

In Honduras kämpft die Stiftung «Yo quiero ser...» für das Wohl von Strassenkindern. Mit einem ehemaligen Spital in San Pedro Sula wurde ein idealer Ort für das Projekt gefunden. Die Liegenschaft verfügt über ausreichend Platz zum Wohnen und für das sichere Spielen im Freien.

Mit viel Engagement und freiwilligen Helfern aus der Schweiz wurde ein freundliches Heim geschaffen, das 36 Mädchen und Knaben im Alter von 2 bis 19 Jahren nicht nur eine Heimat, sondern auch Verpflegung und Schulbildung bietet. Geleitet wird das Heim von der Oberhalbsteinerin Patricia Scarpatteti.

Im Norden Quitos auf knapp 3000 Metern, wo Gewalt und Kriminalität an der Tagesordnung stehen, bietet «Neque y Mas Neque» rund 100 Kindern und Jugendlichen tagsüber eine sichere Zuflucht. Sie bekommen Hilfe bei den Hausaufgaben, erhalten eine warme Mahlzeit, machen Spiele, Musik oder Sport. Seit der Gründung des Projekts 1999 haben zahlreiche Jugendliche mithilfe der Stiftung ihre Ausbildung abschliessen können. Um einen Grossteil der laufenden Kosten zu



**Unterstützen mit ihrem Einsatz am Churer Fest zwei Kinderheime in Honduras und Ecuador: Mitglieder des RC Chur**

decken, wurde in der Schweiz eigens der Verein Neque Schweiz ins Leben gerufen.

📄 Renato Fontana/red  
📷 zvg

🌐 [www.yoquieroser.org](http://www.yoquieroser.org)  
🌐 [www.neque.ch](http://www.neque.ch)

16

**RC OERLIKON**

# VOLLER EINSATZ AUF DER STRAHLEGG

Am ersten Wochenende im September krepelten Mitglieder des RC Oerlikon beim Hands-on-Einsatz auf der Strahlegg im Zürcher Oberland ihre Ärmel hoch. Ihr Engagement kam der Stiftung Wagerenhof zugute.

Letztere bietet Menschen mit schweren Beeinträchtigungen betreute Wohn- und Pflegeplätze, geschützte Arbeits- und Beschäftigungsplätze sowie Ausbildungsmöglichkeiten an. Mit den neuen Angeboten, die auf der Strahlegg geplant sind, sollen nicht nur neue Plätze geschaffen werden; man will gleichzeitig die strukturarme Region wiederbeleben. So wird unter anderem das leerstehende Schulhaus innen und aussen sanft renoviert.

Die rund 30 rotarischen Helfer teilten sich an ihrem Arbeitseinsatz in zehn Arbeitsgruppen auf. Da wurden Nägel aus den Holzwänden gezogen, Zaunlatten gesägt, geschliffen und lackiert. Es galt, Hecken zu schneiden und zu trimmen, steile Hangwiesen zu mähen und das dichte



**Packten lächelnd an: Mitglieder des RC Oerlikon bei ihrem Einsatz auf der Strahlegg**

Moos von Mäuerchen und dem Gehweg zu kratzen. Was anfangs noch als undurchdringliches Gestrüpp erschien, wurde in Nullkommanichts in eine geordnete Umgebung verwandelt.

Höhepunkt war der Bau der grossen Grillfeuerstelle. Dafür wurde der Boden bereitzemacht, ein Fundament für den Schwenkarm und das Gitter erstellt, schöne Steine in einem Ring aus Metallgitter rund um die Feuerstelle geschichtet und

der Platz hergerichtet. Die Plakette an der Grillfeuerstelle erinnert nun daran, dass der RC Oerlikon diese gespendet und erstellt hat.

Alle waren mit vollem Einsatz dabei und haben mit guter Laune und einem Lächeln auf dem Gesicht ihr Äusserstes gegeben – dabei zerriss auch mal ein T-Shirt. Bis nächstes Jahr, wenn es wieder heisst: Voller Einsatz auf der Strahlegg!

📄 Marita Verbali/red 📷 zvg

RC WIL

## SCHLEMMEN FÜR DEN GUTEN ZWECK

Jedes Jahr im Herbst schwingen Mitglieder der «Gilde» (Gilde etablierter Schweizer Gastronomen) von Amriswil bis Kandersteg, von Visp bis Delémont und von Fuldara bis Schaffhausen mit viel Herzblut ihre Löffel. Sie verwöhnen die Bürger am «Gilde-Kochtag» mit feinem Risotto – und spenden den Erlös: Die eine Hälfte fliesst an die Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft, die andere Hälfte kommt gemeinnützigen Organisationen vor Ort zugute.

Traditionell ist der RC Wil beim Gilde-Kochtag mit am Start; er unterstützt die MS-Stiftung seit Jahren sehr aktiv. So errichteten Mitglieder des RC Wil auch diesmal ihren Stand und packten kräftig mit an. Sie kassierten das Geld ein (meist wurde von 9.50 auf 10 Franken aufgerundet), händigten das Essen aus, freuten sich über zusätzliche Spenden und nutzten die Gelegenheit, um sowohl über Rotary als auch über MS zu informieren. Im An-



schluss an den kulinarischen Arbeitseinsatz konnte ein stattlicher Betrag an die MS-Gesellschaft überwiesen werden.

Text: [Andrea Kissling/vma](#) Foto: [zvg](#)

Packten am Gilde-Kochtag kräftig mit an (von links): Rot. Karsten Beer (RC Wil), zwei Damen der MS-Gesellschaft (vorne, in Rot), Patricia Monin (Direktorin Schweizerische MS-Gesellschaft), Rot. Andrea Kissling (RC Wil), Georg Amstutz (Schwanen Wil) sowie der Wirt und eine Serviceangestellte des Restaurants Rössli

17

ROBIJ

## AUSZUBILDENDE GESUCHT? ROBIJ KANN HELFEN!

Das Lehrjahr hat begonnen und im Kanton Zürich konnten 1972 Lehrstellen (Stand 08/19) nicht besetzt werden – davon 771 allein in der Stadt Zürich. Genau da setzt der Verein «ROBIJ – Rotarier für die berufliche Integration Jugendlicher» an: Er will minderjährigen unbegleiteten Flüchtlingen Zugang zu möglichen Ausbildungsstellen in Unternehmen verhelfen, die wiederum zu ebendiesem potenziellen Auszubildenden auf den üblichen Wegen keinen oder kaum Zugang haben. Sofern die Jugendlichen eine F-Bewilligung des Kantons Zürich besitzen, dürfen sie hier eine Ausbildung beginnen und diese –

ohne das Risiko, während der Ausbildung in ihr Heimatland zurückgeschickt zu werden – auch abschliessen. Im Kanton Zürich steht ROBIJ mit fast allen Organisationen im Austausch, die jugendliche Flüchtlinge betreuen. Im ersten Jahr seines Bestehens hat der Verein bereits 94 jugendlichen Flüchtlingen Berufspräsentationstage ermöglicht. Im Nachgang wurden 21 Schnupperplätze vergeben und sechs Jugendliche erhielten auf August 2019 einen Lehrvertrag.

Text: [Marianne Hopsch/red](#) Foto: [zvg](#)

www.robij.ch



Gibt jugendlichen Flüchtlingen eine Chance: der rotarische Verein ROBIJ

RC ZÜRICH-FLUGHAFEN

## EIN ZOOBESUCH DER BESONDEREN ART



Bereits zum zweiten Mal verbrachten elf Mitglieder des RC Zürich-Flughafen samt Partnern und 16 Menschen mit Behinderung einen erlebnisreichen Tag im Zürcher Zoo. Organisiert wurde der Besuch von der Leiterin des insieme «Zwirniträff» Glattbrugg, Özlem Bächli.

Vom Zwirniträff aus ging es nach Kaffee und Gipfeli mit dem Tram auf den Zürichberg. Bei der Zooführung in zwei Gruppen lag der Schwerpunkt auf der «Mongolischen Steppe». Gemeinsam wurden die seltenen Tiere beobachtet und – ganz vorsichtig – auch Alpakas gestreichelt. Ein sehr berührendes Erlebnis mit vielen Emotionen und fröhlichen, glücklichen Menschen.

Nach dem gemeinsamen Mittagessen stand ein Abstecher im Elefantenhaus an. Ehe es wohlbehütet, aber müde zum Zwirniträff zurückging, gab es im Zooladen noch CDs und Malbücher als Erinnerung.

Den Rotariern bleibt ein weiterer Tag mit vielen schönen Erlebnissen in Erinnerung. Und der Kommentar eines Besuchers zum Abschied machte doppelt glücklich: «Es isch schön gsi!»

📄 Alex Sala/red | 📷 zvg



# Sonnmatt tut gut.



## SONNMATT LUZERN

Kurhotel & Residenz

Gesund werden, gesund bleiben,  
gelassen altern.

Sie erreichen uns telefonisch  
unter 041 375 32 32.

[www.sonnematt.ch](http://www.sonnematt.ch)

STIFTUNG MINE-EX

## ST. GALLER CLUBS GEMEINSAM AKTIV

Jeder für sich hatte das Projekt «Smartphone für mine-ex» bereits lanciert; jetzt wollten die drei St.Galler Clubs zusammenspannen und gemeinsam für die gute Sache werben. Der Plan: An einem Stand an der St.Galler Neugasse würde man nicht nur kräftig die Werbetrommel für mine-ex rühren, sondern bei der Gelegenheit auch die Bevölkerung über Rotary generell informieren.

Mit Flyern, die in örtlichen Geschäften aufgelegt wurden, und Hinweisen auf Radio FM1 war die Bevölkerung bereits «vorgewarnt» worden; am letzten Samstag im September dann: Showdown. Mitglieder aller drei Clubs nahmen am Stand ausgediente Handys und Tablets entgegen, führten angeregte Gespräche mit St.Galler Bürgern ebenso wie mit Touristen und zeigten Rotary so, wie es sein soll: als eine Gruppe engagierter Menschen, die sich lokal, regional und international für das Wohl der Allgemeinheit engagieren – eben «hands-on» und dem Service verpflichtet.

Viel positives Echo gab es gerade auch von der jüngeren Generation: Klimaengagierte Jugendliche der Kantonsschule St.Gallen waren auf die Aktion aufmerksam geworden und brachten gleich einen ganzen Sack ausgedienter Mobiltelefone vorbei. Für die Verantwortlichen war dies



ein klares Signal: Da liegt noch viel Potenzial drin! All jene, die ihre alten Geräte nicht griffbereit hatten, können sie in den kommenden Wochen gern an der Sammelstelle im Hotel Einstein in St.Gallen abgeben.

Wer wissen möchte, was genau bei «Smartphone für mine-ex» passiert, wie aus gebrauchten Tablets Geld gemacht wird, und was mit den eingenommenen Mitteln passiert, der findet hier weitere Informationen:

🌐 [www.mine-ex.ch](http://www.mine-ex.ch)

📄 vma | 📺 Karin Uffer



Conseil d'Assurance

### Concubinat. Droit successoral. ▶ Assuré.

«Les concubins n'ont aucun droit de succession légal. Quelles dispositions devons-nous prendre pour nous privilégier réciproquement et en matière de prévoyance?»

Avant toute chose, les concubins disposant d'un testament ou d'un pacte successoral peuvent réduire le droit des héritiers légaux à la part réservataire et se privilégier mutuellement dans la clause bénéficiaire pour la quotité disponible. Il n'y a pas de rente du 1<sup>er</sup> pilier, c'est-à-dire de l'AVS/AI. Dans le 2<sup>e</sup> pilier, les caisses de pension prévoient une prestation

#### «Hériter sans certificat de mariage?»

de décès dans leur règlement pour autant qu'une des conditions suivantes soit remplie: le couple a vécu ensemble plus de cinq ans sans interruption, le partenaire survivant a été entretenu de façon substantielle par le défunt ou doit pourvoir à l'entretien d'un enfant commun. Important: le partenariat doit être déclaré à la caisse de pension. Vous êtes encore plus libre dans le pilier 3a. Vous pouvez privilégier votre partenaire, même si vous avez des enfants. La fondation doit toutefois être informée de cette clause bénéficiaire. Dans le pilier 3b, vous êtes libre de choisir le bénéficiaire privilégié, à condition de respecter les parts réservataires. Dans le cas de l'assurance risque pur, vous êtes également exempté-e de cette obligation.

[helvetia.ch/concubinat](http://helvetia.ch/concubinat)



Jean-Maurice Favre, RC Sion  
Agent Général  
Agence générale Valais Central

simple. clair. helvetia   
Votre assureur suisse



# NACHTHIMMEL UND STERNENFALL

DER HIMMEL, GROSS, VOLL HERRLICHER VERHALTUNG,  
EIN VORRAT RAUM, EIN ÜBERMASS VON WELT.

UND WIR, ZU FERNE FÜR DIE ANGESTALTUNG,  
ZU NAHE FÜR DIE ABKEHR HINGESTELT.

DA FÄLLT EIN STERN! UND UNSER WUNSCH AN IHN,  
BESTÜRZTEN AUFBLICKS, DRINGEND ANGESCHLOSSEN:

WAS IST BEGONNEN, UND WAS IST VERFLOSSEN?

WAS IST VERSCHULDET? UND WAS IST VERZIEHN?

Rainer Maria Rilke

(\*1875 in Prag, † 1926 in Valmont bei Montreux)

eigentlich: René Karl Wilhelm Johann Josef Maria Rilke

Lyriker deutscher und französischer Sprache

## ROTARY PORTRAIT

# LA NUIT ENTRE BIEN-ÊTRE ET MAL-ÊTRE

« La nuit, tous les chats sont gris », « tous les coups sont permis », etc. : autant d'expressions populaires qui désignent les craintes que la nuit suscite. Et pourtant elle offre aussi un espace au ressenti et à l'extériorisation des émotions positives. Tel est le message du Rotarien David Sander (1976), membre du RC Genève Palais Wilson depuis 2016. Professeur à la Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation de l'Université de Genève, il dirige également le Centre suisse des sciences affectives et le Laboratoire de l'étude du déclenchement et de l'expression de l'émotion. Rencontre avec une éminence grise des émotions.

## LA NUIT : UN MOMENT POUR SOI

**Pour bon nombre d'humains, la nuit se révèle anxiogène. Certains métamorphosent leur comportement, alors que d'autres se réfugient dans la fuite laissant même des addictions les dominer, par exemple. Pour quelles raisons la nuit imprime-t-elle parfois une empreinte négative sur l'humain, tout en prenant l'ascendant sur ses émotions ?**

Il existe une grande variabilité individuelle dans les émotions. En effet, une même situation peut déclencher de la peur chez une personne, mais de la sérénité chez une autre. La nuit est un bon exemple, du fait que les émotions ne sont pas des réflexes. Ainsi, il existe une multitude de réponses émotionnelles face à elle. D'ailleurs, cette variabilité est aussi « intra-individuelle ». Au cours de sa vie et selon divers apprentissages, une même personne peut réagir par la peur à une occasion, puis par la joie lorsque le même événement se répète. La « peur du noir », fréquente chez le jeune enfant même si son « doudou » peut certainement l'aider à réguler ses émotions, constitue un cas d'école de ce changement. Cette peur du noir tend à disparaître avec le temps, sauf en cas de nyctophobie conduisant des adultes à conserver une peur intense de l'obscurité. Au-delà de

cette dernière, la nuit est aussi le moment du sommeil. Or, certains individus peuvent être inquiets par cette perte de contrôle, de même que s'ils font des cauchemars ou ont tendance à « ruminer ».

**Quel rôle joue le cerveau dans ce processus, fort de son fonctionnement et des substances qu'il développe ?**

Le cerveau se trouve à l'origine des émotions négatives et positives. La sensi-



**Rot. David Sander, professeur à la Faculté de psychologie et des sciences de l'éducation de l'Université de Genève, directeur du Centre suisse des sciences affectives et du Laboratoire de l'étude du déclenchement et de l'expression de l'émotion : « Le pouvoir de l'ambivalence nocturne est fascinant, un peu comme le plaisir que l'on peut avoir à se faire peur »**

bilité de chacun à la nuit est le fruit de multiples apprentissages implicites et explicites, qui trouvent leurs inscriptions physiologiques dans le fonctionnement de circuits cérébraux. Par exemple, l'amygdale cérébrale est une structure clé pour le déclenchement des émotions positive et négatives; elle est déterminante pour réagir émotionnellement à ce qui nous arrive durant l'éveil, mais elle est également très active durant les rêves. De nombreuses études montrent ainsi que les rêves ont souvent des contenus très riches en émo-

## « L'INCERTITUDE NOCTURNE : UNE SOURCE DE SENSATIONS »

tions. En outre, la privation de sommeil est un stress important pour le cerveau, qui a des conséquences négatives sur toute une série de fonctions cérébrales. Sur un autre plan, certaines régions de notre cerveau sont très réactives à la lumière, tandis que d'autres sont impliquées dans la gestion des rythmes circadiens.

**Comment expliques-tu que la nuit peut influencer négativement les émotions, alors qu'elle peut aussi les épanouir en termes de créativité ou de plénitude, notamment ?**

Il me semble qu'un aspect important de la vie nocturne, indépendant du fait que la nuit soit associée à l'obscurité, est qu'elle pose typiquement moins de contraintes sur nos comportements que la journée. Le jour, nos vies sont souvent rythmées par des activités que l'on ressent parfois comme « imposées » par le monde extérieur. En revanche, il existe un sentiment de liberté durant la nuit, qui peut conduire à des attitudes et à des comportements plus créatifs. De manière géné-

rale, la nuit permet certainement de révéler tout le potentiel de la subjectivité des émotions ; par exemple, le fait d'être confronté à soi-même peut être particulièrement paisible ou au contraire anxiogène selon nos préoccupations du moment et nos dispositions affectives.

### S'APPROPRIER L'ESPACE DE LA NUIT

**Pourquoi la dimension des phénomènes varie-t-elle entre la nuit et le jour, à l'instar des préoccupations ou des pathologies d'ordre obsessionnel qui s'avèrent bénignes le jour, tandis qu'elles prennent une ampleur parfois démesurée la nuit ?**

Notre cerveau passe son temps à faire des prédictions sur ce qui pourrait se produire dans notre environnement direct et apprend, notamment, en comparant le résultat entre ce qui se passe réellement et ce qui était prédit. Pour ceux ayant diverses activités soutenues durant la journée, le fonctionnement du cerveau sera potentiellement déterminé par ces dernières. En quelque sorte, le cerveau sera « occupé » à réaliser des tâches pour lesquelles il utilisera des ressources, entre autres attentionnelles, qui sont limitées. Nous pouvons donc estimer que si la nuit est synonyme d'absences d'activités « imposées », alors de nouvelles préoccupations plus endogènes peuvent apparaître. En diminuant nos capacités de contrôle cognitif, la fatigue facilite certainement l'émergence de ces préoccupations qui sont, au contraire, inhibées durant l'éveil.

**Quels commentaires apportes-tu à la pensée du philosophe Kant, « La nuit est sublime, le jour est beau », ou au propos de noctambules qui affirment que « leurs nuits sont plus belles que leurs jours »... ?**

Je dirais que le pouvoir de l'ambivalence nocturne est fascinant, un peu comme le plaisir que l'on peut avoir à se faire peur. Certains recherchent les sensations fortes, car l'incertitude nocturne peut être une source de sensations. Nous pouvons considérer que l'excitation nocturne utilise une certaine liberté pour s'appropriier l'espace de la nuit, afin de réaliser des envies personnelles. Une des origines du bonheur est de pouvoir agir en fonction de nos valeurs considérées comme justes et dès lors d'œuvrer à la réalisation des objectifs que l'on se fixe à soi-même. Les noctambules épanouis sont peut-être ceux qui bénéficient particulièrement de l'espace que peuvent gagner leurs désirs personnels. Dit métaphoriquement, nous pouvons imaginer que chez eux la nuit éclaire des désirs que la journée avait éteinte.

**Enfin, faudrait-il réhabiliter l'appréciation de la nuit en mettant l'accent sur ses aspects positifs ?**

La nuit, loin d'être seulement une absence de lumière, est un temps qui oscille entre deux extrêmes : la perte totale de contrôle durant le sommeil ou durant des ruminations automatiques versus la maîtrise de l'utilisation de son temps avec moins de contraintes que durant la journée. De fait, que cela soit parce que l'on aime la solitude, ou au contraire parce que l'on préfère les moments de fêtes nocturnes, la nuit est certainement plus un moment pour soi que ne l'est la journée. Enfin, sauf lorsque l'on a des enfants en bas âge ! Ce moment pour soi, avec soi, peut être difficile à vivre ou se révéler être une libération, selon notre personnalité et le contenu de nos préoccupations du moment.

Propos recueillis par le Rot. Didier Planche

## ROTARISCHER GASTBEITRAG

# «WER NIE SEIN BROT MIT TRÄNEN ASS...»

Die aktuelle Ausgabe unseres Rotary-Magazins ist dem Thema «Nacht» gewidmet – einem für alle Menschen aktuellen Geschehen, das durch die Rotation des Erdballs verursacht wird. Langsam senkt sich für uns die Abendsonne gegen den westlichen Horizont und geht schliesslich, wie man auch in Mundart etwa umschreibt, «zu Gnaden» (z Gnaadu). Dann kommt die Dämmerung, die allmählich Nacht wird und uns in Dunkelheit hüllt. All dies erleben die Menschen sehr verschieden. Viele sehnen sich ermüdet nach Ruhe und streben nach Schlaf, andere haben sich freudig noch ein «Nachtprogramm» vorgenommen und ziehen dies durch. Insgesamt müssen wir aber alle – der Schreibende natürlich inbegriffen – berichten, dass es in unserem Leben gute, bedeutende und schöne, aber auch schwierige, bedrückende Nächte gab und gibt.

Erhaben und magisch. Wir alle erlebten sie, die wirklich erhabenen Nächte, die unauslöschlich in unserem Gedächtnis haften: Die Hochzeitsnacht mit einem geliebten Menschen, von dem wir wussten, dass er zu uns hält und uns erst noch neues Leben spendet. Nächtliche Grunderlebnisse, die ich nie vergesse, waren dann auch die Geburten unserer Söhne, dann auch die Hinschiede meiner Eltern, die beide in der Nacht verstarben. Zu so persönlichen, wirklich wesentlichen Nächten treten jene, die wir aus dem Zeitgeschehen mitnehmen. Zu ihnen rechne ich etwa die Nacht vom 20./21. Juli 1969, als ich gerade meine Probearbeit für die Promotion an der Universität Freiburg abgegeben hatte und während der ganzen Nacht am Fernsehen sah, wie der erste Mensch den Mond betrat, sich der «grosse Schritt für die Menschheit» ereignete. Unvergesslich erscheint mir auch jene Nacht, die ich auf dem Weg zur Rotary Convention in Brisbane, an meinem 70. Geburtstag, erlebte. Ich hatte mit meiner Frau unterwegs einen Stopp in der australischen Wüste

eingelegt und durfte erstmals den wunderbaren südlichen Himmel mit der mächtigen Milchstrasse und mit dem «Kreuz des Südens» erblicken. Es waren dies Stunden, in denen mir nicht nur die Erhabenheit und Magie des Sternenhimmels, sondern auch die Ausgesetztheit im Kosmos bewusst wurde. Trotz weiteren grossen, prägend «magischen Nächten» möchte ich aber auch die allgemeine Heilkraft der Nächte nicht vergessen, die uns immer wieder helfen, Probleme zu entwirren und zu lösen. Wie oft wusste ich erst am Morgen, wie in bestimmten Fällen vorzugehen sei...! Auch dies ein geheimnisvoller Vorgang!

Kummervoll und bedrückend. Wohl jeder Mensch hat andererseits Nächte schlaflos erlebt, Nächte, in denen er bedrängt und bedrückt über alles, sein Leben und den Sinn des Ganzen nachdachte, in denen er, danach suchend, zu verzweifeln begann: Ganz im Sinne des Goethe-Gedichtes «Wer nie sein Brot mit Tränen ass, wer nie die kummervollen Nächte, auf seinem Bette weinend sass, der kennt euch nicht, ihr himmlischen Mächte.» Hier wird uns bestätigt, dass die Nacht eine duale, auch gefährdende Eigenschaft hat. Die Nacht kann uns zwar einerseits freuen,

heilen, aber eben auch Gefäss für unsere Trauer, unsere Niedergeschlagenheit sein. Der nächtliche Tod meiner Eltern, den ich erwähnte, der Tod mehrerer nächster Menschen, wurde mir Beginn einer bleibenden existenziellen Trauer. Goethe gibt nun in seinem Gedicht auch den Hinweis, dass es gilt, die «himmlischen Mächte» zu «kennen», zu erkennen. Es sind diese die ewigen Gesetze unserer Existenz: unsere Ausgeworfenheit im Kosmos, unsere Beschränktheit, unsere Vergänglichkeit. Wir Menschen haben Mühe, diese ehernen Tatsachen anzunehmen. Das Gedicht bestätigt deutlich, dass es die «himmlischen Mächte» gebe und es deutet darauf hin, dass unser kummervolles Weinen auf einsamem Bette zum «Kennen» – vielleicht gar zum «Anerkennen» und «Annehmen» – dieser Mächte führen kann. So gesehen, haben also auch die «kummervollen Nächte» einen Keim unseres inneren wesentlichen Werdens in sich, das uns hilft, den oft schrillen Tag des hektischen, lichtdurchfluteten Lebens zu bestehen und die «himmlischen Mächte» zu ertragen und – vielleicht – auch mit und vor ihnen sinnvoll zu leben. Wir sollten es versuchen!

 PDG Alois Grichting



STUDIE: DIE ZUKUNFT DES SCHLAFENS

# «SCHLAFEN MUSS AUCH IN ZUKUNFT JEDER NOCH SELBST»

Schlafen ist ein Grundbedürfnis wie Essen und Trinken. Beides braucht der Mensch, um die Energiereserven aufzufüllen. Doch der Schlaf ist bedroht. Wir schlafen immer weniger, kürzer und schlechter. Neue Technologien, Digitalisierung, mobile Ar-

Matratze und weitere Gadgets zu investieren. Anzeichen für diesen Trend manifestieren sich bereits heute in einem rasch expandierenden Schlafmarkt.

Viel zu schlafen wird – zweite These – zum neuen Statussymbol. Langschlaf wird zum Synonym für Ehrgeiz, Kreativität und Erfolg, der frühere Kult um den Kurzschlaf als Macho-Gebaren entlarvt. Die kommerzielle Entsprechung solcher Etiketten findet sich in der Luxushotellerie, die ihre Klientel mit exklusiven Schlaferlebnissen in massgeschneiderten Betten lockt.

Künftig wird sich – drittens – der Powernap zum neuen Powersnack etablieren. Das Nickerchen zwischendurch kennt die Menschheit seit jeher, nicht nur als kulturelle Einrichtung, sondern als physiologische Antwort auf die innere Uhr, die

mend öffentlich. Vorboten dieses Trends sind Schlafkapseln an Flughäfen oder Schlafmasken und Napkissen, mit deren Hilfe man leicht ins Land der Träume abtauchen kann, egal wo man gerade ist.

Mit öffentlichen, mobilen Angeboten dem Schlafmangel zu begegnen und das Schlafverhalten zu flexibilisieren ist auch im Interesse der Volksgesundheit. Übermüdung wird das neue Übergewicht, lautet unsere fünfte These. Schlaf wird zu einem zentralen Pfeiler der Gesundheitsvorsorge. Denn wenn Übermüdung chronisch wird, löst sie eine ganze Reihe von Krankheiten (Herzprobleme, Bluthochdruck, Diabetes usw.) aus.

Wer hingegen genügend und gut schläft, verschafft sich wichtige Leistungsressourcen und verfügt – sechstens – über einen Schlüssel zum Erfolg. Im Spitzensport hat man dies längst erkannt, nun entdeckt auch die breite Gesellschaft Schlaf als wichtiges Instrument zur Leistungsoptimierung. Die Forschung ist bestrebt, die Hürde der natürlichen Schlafzyklen zu überwinden, um Effizienz-Orientierten zu ermöglichen, die Ressource Schlaf optimal zu nutzen. Gefragt sind künftig Enhancement-Angebote, die das Schlafen mit technologischen oder natürlichen Hilfsmitteln «verbessern». Schlafen muss aber auch in Zukunft jeder noch selbst.

■ Daniela Tenger, Karin Frick

Quelle: Die Zukunft des Schlafens – GDI



beitsformen, flexible Lebensstile: Unsere Ruhe-Rhythmen können sich dem rasanten Wandel nicht entziehen. Wir sind «always on». Gleichzeitig mehren sich Stimmen, die vor den Folgen ständiger Erreichbarkeit, pausenloser Aktivität und kollektiver Übermüdung warnen. Ein Trend zeichnet sich ab: Der Schlaf rückt vermehrt in den Fokus der schlaflosen Gesellschaft. Fast die Hälfte der Schweizer Bevölkerung misst dem Schlaf heute mehr Bedeutung zu als noch vor zehn Jahren. Wie lässt sich das Verlangen nach Schlaf in Einklang bringen mit dem Alltag der digitalen 24/7-Gesellschaft?

Das GDI hat in einer Studie sechs Thesen zur Zukunft des Schlafens entworfen. Sie geht – erstens – davon aus, dass sich der Schlaf vom Grundbedürfnis zum Lifestyle wandelt. Statt den Schlaf als biologisches Phänomen hinzunehmen, setzt man sich mit dem Schlafverhalten bewusst auseinander. Den eigenen Schlaf digital zu vermessen wird genauso selbstverständlich wie der Grundsatz, reichlich in Bett,



um die Tagesmitte auf eine kurze Erholzeit getaktet ist. Längst ist wissenschaftlich bewiesen, dass ein Mittagsschlaf oder eben Powernap ein probates Mittel ist, um sich effizient für die zweite Tageshälfte zu stärken. Damit sich Powernapping durchsetzt, muss es aus dem privaten Schlafzimmer in den öffentlichen Raum verlagert werden.

So wird – viertens – der Schlaf zuneh-



## PHILOSOPHIE

# LA NUIT OFFRE TOUS LES POSSIBLES ET LEURS CONTRAIRES

Entre crépuscule et aube, la nuit, pleine de mystères et de symboles, favorise le questionnement intérieur. Elle exprime le danger et l'angoisse ou, au contraire, la plénitude et la créativité (voir l'interview du Rot. David Sander). Pendant la nuit, certains luttent contre l'insomnie, tandis que d'autres plongent dans le recueillement ou en profitent pour se « libérer » en faisant la fête. Chaque humain réagit à sa manière aux incidences biologiques, physiologiques et psychologiques de la nuit.

A la question de savoir si la nuit est un sujet souvent traité en philosophie, l'essayiste français Raphaël Enthoven répond par la négative dans une interview accordée à « Philosophie Magazine ». « En revanche, la nuit fait l'objet d'une métaphore récurrente : la nuit de la raison, le monde diurne et nocturne, etc. Cette métaphore a été raffinée à la seconde où l'on est passé d'une altérité totale et manichéenne à l'altérité diffuse d'une nuit que la lune éclaire, précise-t-il. La nuit n'est dès lors plus une altération, une diminution. Elle est au contraire la suppression d'un voile qui produit un changement qualitatif et permet un autre rapport avec autrui. »

La nuit est la métaphore de tout ce qu'il faut combattre, éliminer, éradiquer, il faut lui substituer la clarté sans ombre, le soleil de la vérité. Il s'agit là de tout une tradition de la pensée issue de Platon, qui associe la rationalité à la clarté du jour, à la lutte contre la nuit, contre les fantômes, l'étrangeté, l'altérité, l'incertitude, etc. « La nuit est une figure de l'étrange qui correspond à une philosophie de la vision chez Platon. Puisque ce sont les yeux de l'esprit qui voient bien que ce ne soit qu'une conversion du regard physique. Toute philosophie du regard entend dès lors dissiper l'obscurité. Idem pour Leibniz : il faut y voir clair et l'ambition d'y voir clair se fait au dépend de la nuit. Et il faut toute une catégorie de philosophes qui brouille les repères entre la clarté et l'obscurité, qui va d'Épicure à Parménide, d'Héraclite à Nietzsche, pour assumer la nuit comme une métaphore féconde », énonce l'essayiste.

A propos de Nietzsche, c'est lui qui considère que la nuit a trouvé sa puissance affirmative, renversant ainsi le paradigme du dualisme moral. « On est sorti d'une représentation morale des choses qui s'accommodait parfaitement de la distinction

manichéenne du jour et de la nuit, de voir le monde en noir et blanc... C'est un coup de génie de Nietzsche d'avoir repéré une intention morale sous l'ontologie platonicienne, car Platon ne parlait pas seulement de vérité et de mensonge, mais de bien et de mal », explique Raphaël Enthoven.

## TRANSFIGURER LA VIE DIURNE

« Consentir à la nuit, c'est accepter de se soumettre aux expériences singulières qu'elle seule rend possibles. Bonne ou mauvaise, intime et sensible, elle ouvre un espace où l'on peut, enfin, vivre sans témoin » : ces propos reviennent au jeune philosophe français Michaël Fœssel qui cherche à réhabiliter ou plutôt à valoriser la nuit contre une certaine tradition « diurne » de la philosophie, laquelle accorde un privilège au soleil, au jour, aux idées claires et distinctes. Comme il l'explique au magazine télévisuel Telerama, son credo désigne la nuit comme une « expérience » qui se confond avec le dérèglement de tous les sens; elle consiste à « ne

## « LA NUIT FAVORISE UN AUTRE RAPPORT AVEC AUTRUI ET SOI-MÊME »

voir clair ni dans ses pensées ni dans ses actes ». Dépossession de soi, absence de réflexion surplombante, suspens de toute identité fixe. Drapées de noir, les formes du monde elles-mêmes deviennent incertaines, menaçantes parfois. Mais la nuit ne se réduit pas à cette altération de l'être perçu. Elle va de pair avec une « transgression des cadres de l'expérience diurne ».

—  
26  
—

## « LA NUIT NE PARLE QUE DU JOUR » MAURICE BLANCHOT

Pour étayer ses propos, Raphaël Enthoven cite Platon qui introduit de la rationalité dans la nuit, dans l'indistinction des rapports humains, dans un relativisme qui prive de croire en la rationalité ; comme la

# « IL N'EST PAS DE NUIT QUI N'AIT DE LUMIÈRE » MAÎTRE ECKHART

Le jour a son ordre, il est le moment de la rationalité instrumentale, du travail, de la productivité. À l'inverse, la nuit inaugure un « temps sans calcul ni comparaison », où l'on cesse de se conformer aux impératifs du quotidien pour se laisser perturber. Et le philosophe d'ajouter que toute vérité suppose l'entrelacement des contraires : « en ce sens, l'éclipse est requise, le jour a besoin de la nuit. Celle-ci fait voir le monde autrement, elle apprend et enjoint à accueillir l'imprévisible, et cette leçon peut être remémorée pour irradier, transfigurer la vie diurne. Qu'il soit minuit ou midi, la nuit est ce phare du possible ».

Dans la même interview, Michaël Fœssel, en tant que fin connaisseur de Kant, mentionne l'une de ses citations : « La nuit est sublime, le jour est beau ». Kant a voulu signifier que la nuit est liée à des plaisirs paradoxaux et qu'il faut prendre le risque de s'y perdre justement pour jouir de son aspect sublime. « Par exemple, relève le philosophe français, le ciel étoilé est su-

blime plutôt que beau : le regard est sans cesse dépassé par le nombre incalculable d'étoiles. Nous sommes souvent tentés de ne pas regarder ce qui est plus grand que nous, et de préférer les choses jolies aux choses sublimes. La nuit nous rappelle à l'inverse qu'il y a de la grandeur dans ce que nous ne maîtrisons pas et qu'il vaut parfois la peine de risquer l'errance. » Faut-il spécifier que Michaël Fœssel est un noctambule patenté ?

## DANS LE PROLONGEMENT DE LA NUIT

**La nuit représente en général (et selon les professions) la phase de la cessation de l'activité, du délassement, de l'endormissement, du sommeil. Or, ce dernier est souvent associé à la mort lorsqu'il se poursuit dans le temps, pour devenir le « repos éternel ». Aussi, l'humain devenu inactif et vulnérable dans son sommeil se débat inconsciemment entre la vie et la mort. Toutefois, l'idée du « repos éternel » effraye moins que celle du néant, surtout qu'à terme, elle est accueillie et acceptée par la raison et le cœur.**

**La nuit traduit également l'assombrissement graduel du ciel qui aboutit à l'obscurité totale, c'est-à-dire à la couleur noire, laquelle est assimilée au deuil, à la douleur, à l'ignorance, aux ténèbres. Les religions et les sociétés initiatiques se réfèrent au noir pour faciliter la transmission de leurs messages. Dans l'alchimie, on évoque l'« œuvre au noir » qui, sous le signe de Saturne, renvoie à la mort, à la putréfaction de la matière, à sa décomposition, à la dissolution du mercure et à la coagulation du soufre.**

**Partie intégrante de la nuit, mentionnons encore la lune qui, hormis sa qualification comme satellite naturel permanent de la terre, révèle sa face cachée dans les traditions occultes. Considérée comme la reine ésotérique du domaine astral, la lune correspond au lieu de séjour des êtres humains entre la désincarnation et la « seconde mort », celle de l'âme, tandis que la terre évoque la « première mort », celle du corps, et le soleil la « troisième mort », celle de l'esprit. Dans le symbolisme ésotérique, la lune constitue la substance mystérieuse par laquelle toute action de l'esprit s'accomplit, toute énergie de l'esprit se transmet, se manifeste, s'extériorise.**

Rot. Didier Planche

Références : Raphaël Enthoven, *Philosophie Magazine*, édition de mars 2017 ; Michaël Fœssel, *La nuit. Vivre sans témoin*, Editions Autrement, Collection *Les Grands Mots*, 2018 ; Michaël Fœssel, *Telerama*, édition de février 2017, Gérard van Rijnberk, *Le Tarot, histoire, iconographie, ésotérisme*, Guy Trédaniel-Éditions de la Maisnie, 1981

## ROTARISCHES INTERVIEW

# VON GEISTERN UND WECKERN UND TIEFSCHLAF

«Die Nacht ist an sich kein psychiatrisches Phänomen», meinte Rot. Achim Haug zu Beginn unseres Gesprächs fast entschuldigend. Doch ich wiegelte ab: Wer derart packend über den schmalen Grat zwischen Normalität und Wahnsinn sprechen kann, wer die Absonderlichkeiten seiner Patienten ebenso lebhaft wie respektvoll zeichnet – da ist selbst nach jahrzehntelanger Praxis kein Quäntchen Abstumpfung oder Sensationslust zu spüren!, für den muss das Thema «Nacht» doch ein Klacks sein. Also näherten wir uns an. Wir streiften die «Nyktophobie» (die übersteigerte Angst vor dem Dunkeln), hielten kurz inne bei Geistern im Wald, kamen auf Foltermethoden zu sprechen und landeten – baaaaaam!! – den Volltreffer «Schlaf». Eben jenen hatte der Professor für Psychiatrie eingehend erforscht. Und über eben jenen gab er uns jetzt Auskunft.

**Der französische Staatspräsident Emmanuel Macron schläft nach eigenen Angaben lediglich vier Stunden; Apple-Chef Tim Cook springt morgens um 3.45 Uhr aus dem Bett; das Wall Street Journal kam 2011 erstmals mit dem Begriff der «schlaflosen Elite» daher... Ist die Nacht oder besser: der Schlaf ein Phänomen von gestern?**

(lacht) Nein, absolut nicht. Die Natur hat sich das Prinzip von Tag und Nacht, von Hell und Dunkel bzw. von Schlaf und Wachsein nicht umsonst ausgedacht. Beide Phasen – das Passive ebenso wie das Aktive – haben ihre Berechtigung. Wir müssen wach sein, müssen jagen, uns bewegen. Und genauso fordert der Körper regelmässig Ruhe ein. Diese zwei Grundzustände sind für den Menschen essenziell, vital. Man kann das kulturell vielleicht überformen, kann sich eine Weile extrem

disziplinieren – dauerhaft austricksen lässt sich die Biologie aber nicht. Unser Körper braucht den Schlaf genauso wie er das Wachsein braucht.

**Dann muss ich mich als leidenschaftliche Schläferin also nicht verstecken?**

Nein, im Gegenteil! Ich gehöre auch zu den Menschen, die gern und viel schlafen. Zehn, elf Stunden in den Ferien sind da keine Seltenheit. Das ist doch etwas Herrliches! ... Die Regel ist das freilich nicht. Es gibt grosse Varianzen, aber normalerweise sind wohl sieben bis acht Stunden Schlaf für uns Menschen angemessen. Wer über einen langen Zeitraum darunter liegt, gefährdet seine Gesundheit. Schlafmangel schwächt die Immunabwehr; das Risiko für Diabetes, Infektionen und Übergewicht steigt. Enthält man einem Lebewesen dauerhaft den Schlaf vor, führt dies unweigerlich zum Tod.

**Aber was genau passiert denn in diesen lebenswichtigen sieben bis acht Stunden? Oder passiert eben genau – nichts?**

Wenn wir das nur wüssten. (seufzt) In Bezug auf die grosse Bedeutung des Schlafes ist sich die Wissenschaft einig; was die einzelnen, sehr komplexen Vorgänge während des Schlafes anbelangt, da liegt heute jedoch noch vieles im Dunkeln. Man schläft nicht einfach ein, hat das System auf Stand-by, und wacht wieder auf.

**Heisst: Wir sind nachts nicht einfach offline?**

Beileibe nicht! Unser Körper arbeitet weiter, nur eben anders. Auch wenn wir uns im Schlaf nicht bewegen und nicht (bewusst) kommunizieren – da geht einiges! Der Auf- und Abbau von Stoffwechselprodukten läuft weiter; das Hirn verarbeitet die Erlebnisse des Tages...

**Das klingt anstrengend! Wie kommen wir denn da überhaupt zur Ruhe?**

Vom Einschlafen bis zum Aufwachen durchlaufen wir verschiedene Phasen, die wiederum unterschiedlich lange dauern. Auf den leichten Schlaf, wo die Muskeln entspannt sind und sich die Hirnaktivität auf ein Minimum beschränkt, folgt die Tiefschlafphase. Sie ist für uns entscheidend. Während der Tiefschlafphase schlafen wir sprichwörtlich tief und fest, wir sind schwer zu wecken und absolut entspannt. Für die körperliche wie auch die geistige Erholung ist der Tiefschlaf massgebend.

**Geträumt wird währenddessen nicht?**

Die Träume finden weniger in den Tiefschlafphasen statt, sondern während

der sogenannten REM-Phasen («Rapid Eye Movement») und damit eher gegen Morgen. Da werden dann Emotionen und Sachinformationen, die uns im Laufe des Tages untergekommen sind, verarbeitet.

**Dann hat der Schlaf zu Beginn der Nacht eine andere Qualität als in den frühen Morgenstunden?**

Und ob! Wenn wir statt der durchschnittlichen acht Stunden nur sechs schlafen, geht das in der Regel nicht vom Tiefschlafkontingent ab. Wir nehmen daher an, dass die körperliche Entspannung oberste Priorität hat.

**Selbst wenn ich die acht Stunden brav «abgeschlafen» habe: Um sechs Uhr morgens kann ich einfach noch nicht denken...**

Ja, das kenne ich! (lacht) Mir geht es da genauso. Ein Freund von mir, der hört in der Früh den Wecken und ist fit. Andere – und dazu zähle ich, die kommen erst viel später so richtig in die Gänge.

**Bilden wir uns das ein? Ist es Gewohnheit? Oder kann man das umprogrammieren?**

Das hat die Natur tatsächlich so festgelegt. Wir haben alle unseren inneren Wecker, der festlegt, ob wir Frühaufsteher oder Langschläfer sind. Die einen sind im Morgengrauen hellwach; die können es kaum erwarten, aus den Federn zu steigen und den Tag zu beginnen. Die anderen indes starten spät, bleiben lange wach und spüren die Müdigkeit erst dann, wenn die Vögel schon wieder zu singen beginnen. Die Literatur spricht da auch von Eulen und von Lerchen. Wie unsere innere Uhr tickt, welcher Chronotyp wir sind, das bestimmt die Genetik.

**Wenn wir uns im Schulsystem und im Arbeitsleben so umsehen, dann sind die Morgenmenschen klar in der Überzahl?**

Das könnte man meinen, ja. In Wirklichkeit sieht es allerdings so aus: Nur etwa 15 Prozent der Bevölkerung sind Morgenmenschen. Rund 30 Prozent sehen sich selber als Nachtmenschen an. Die übrigen 55 Prozent bewegen sich irgendwo dazwischen. Die renommierte Wissenschaftlerin Anna Wirz-Justice, von der ich viel lernen durfte, hat intensiv zu diesem Thema geforscht. Wenn sich Schüler morgens um acht im Unterricht nicht konzentrieren können, dann ist ihre innere Uhr schuld; das hat dann nichts mit Unaufmerksamkeit oder mangelnder Disziplin zu tun. Die Schüler können gar nicht anders. Anna Wirz-Justice setzt sich deshalb vehement für spätere Schulzeiten ein.

**Meine eigene innere Uhr wird bald wieder auf eine harte Probe gestellt: Wenn man morgens aus dem Haus geht, ist es dunkel. Am Abend: ebenfalls. Da gerät einiges aus dem Takt...**

Ja, das ist so. Wenn die Bäume ihre Blätter abwerfen und sich manche Tiere zum Winterschlaf zurückziehen, würden wir es ihnen am liebsten gleichtun. Schuld daran sind der Mangel an natürlichem Tageslicht und das Schlafhormon Melatonin. Wenn es dunkel wird, schüttet unser Gehirn Melatonin aus. Das signalisiert dem Körper: Du bist müde, musst ins Bett. Wird es den ganzen Tag über nicht richtig hell, dann hält dieser Zustand an. Wir fühlen uns dauerhaft schlapp, kraftlos und schläfrig. Manchmal handelt es sich dabei lediglich um eine Phase; manchmal liegt eine handfeste (Winter-)Depression vor.

**Woran erkenne ich das?**

Die Übergänge von einem zum anderen sind fließend. Die Entscheidung liegt immer beim Patienten: Schränken mich die Symptome in meinem Alltag dauerhaft ein? Dann muss ich auf jeden Fall meinen Hausarzt oder sogar einen Spezialisten aufsuchen. Habe ich dagegen das Gefühl, die Sache erledigt sich noch von selbst, wie bei einem Schnupfen, dann kann ich es aussitzen.

**Welchen Rat geben wir unseren rotarischen Freunden mit, damit sie gut über den Winter kommen?**

Ah, das gilt universell, sommers wie winters. (lacht) Erstens: Wenn sich der Stress schon nicht vermeiden lässt – und ich weiss ja, dass viele rotarische Freunde in Führungspositionen sind –, dann sollten wir einen guten Umgang mit ihm pflegen. Das kann man übrigens lernen. Und zweitens: keine Ablenkung! Lärm, Helligkeit, Tablets – all das hat im Schlafzimmer nichts zu suchen. Im Bett wird geschlafen. (schmunzelt) Naja, bis auf wenige Ausnahmen vielleicht...

**Professor Haug, herzlichen Dank für das Gespräch!**

**Rot. Verena Maria Amersbach**

**Achim Haug (RC Forch Zürich) ist emeritierter Professor für Psychiatrie an der Philosophischen Fakultät der Universität Zürich und war 15 Jahre als Chefarzt und Ärztlicher Direktor in der Schweiz tätig. In «Das kleine Buch von der Seele» (2017) nimmt er den Leser mit auf eine spannende Exkursion in das Innere des Menschen. Sein jüngstes Werk «Reisen in die Welt des Wahns» (2019) befasst sich mit inneren Stimmen, bizarren Botschaften und gefährlichen Doppelgängern – immer menschlich, warm und mit grösstem Respekt vor den Patienten und ihren nicht ganz alltäglichen Problemen.**

## ZUM THEMA NACHT

# ARCHAISCH, VERÄNGSTIGT UND DOCH IRGENDWIE TRÖSTLICH

Die Uhr: tickt. Der Bildschirm: weiss. Die Schriftsteller der Romantik – allen voran Eichendorff, Brentano und Novalis – hatten die Nacht zum Lieblingsobjekt auserkoren. In Tausenden und Abertausenden von Versen umrankten sie sie mit Wunderbarem und Magischem, mit Schauerlichem und Abnormen. Psychische Ausnahmezustände und kitschig-triefende Liebesschwüre, Tête-à-Têtes mit Geistern und Dämonen, schwangere Monde und eine paradiesische Stille – all dies bot ihnen Stoff zuhauf. Sie schöpften aus der Fülle, brauchten sich nur bücken – und der Becher war voll. Bei mir indes herrscht Leere. Wo ist die Inspiration, wenn man sie braucht?

Je weiter der Zeiger rückt, desto grösser der Druck. Das Transzendente, das Erhabene – verfliegen. Ich komme mir vor wie der Schläfer, vornübergebeugt, die Hände vor dem Kopf verschränkt, die Stirn auf dem Tisch, umflattert von grauenhaften, dunkel-bedrohlichen Nacht Kreaturen. «Der Schlaf der Vernunft gebiert Ungeheuer», hatte Goya seine berühmte, knapp zehn Jahre nach der Französischen Revolution entstandene Radierung überschrieben. Heimgesucht von Alpträumen, von der Schattenseite der Ratio. Eines der eulenartigen Wesen scheint sich die Feder zu krallen, scheint den Künstler anzusprechen. Hatte die Vernunft bei Tage die wilde Horde an Sehnsüchten und Trieben noch halbwegs im Griff, so sind nun animalische Kräfte am Werk. Schlaf und Traum statt Wach- und Bewusstsein.

Brauchen wir den Schlaf, damit wir nicht «vernünfteln», damit sich die Vernunft – flapsig formuliert – «resetten» kann? Wenn sich das schwer zu Bändigem

de erst ausgetobt hat, gehen wir dann gestärkt, gefasst aus der Sache hervor? Oder ist es umgekehrt? Ist das Irrationale der Normalzustand, der tagsüber nur unter Mühe und zeitlich begrenzt durch Vernunft unterbrochen wird?

Fest steht: Der Schlaf ist kein menschliches Privileg. Tiere, ja alle Lebewesen und Organismen schalten regelmässig ab. Spätestens seit dem schwedischen Naturforscher Carl von Linné (1707 bis 1778) ist bewiesen: Sogar Pflanzen schlafen. Wenn es Nacht wird, nehmen die Blätter bevorzugt jene Stellung ein, die sie als Keim innehatten. Sie rollen sich zusammen, spannen sich als Fächer auf oder falten sich selbst in der Mitte entzwei – bis sie die bevorzugte Position der frühen Wachstumsphase erreichen. Am Morgen starten sie – entspannt und gestärkt – in den neuen Tag.

Bei den Vertretern des Homo sapiens glückt der morgendliche Start meist weniger erfolgreich. Unsere westliche Welt –

säkular und konsumorientiert, flüchtig und überladen – räumt dem Schlaf wenig Raum ein. Das ewige «Schneller, höher, weiter» hält uns in Atem; wir rasen, hetzen uns ab; sind immer «on», immer verfügbar. Superschläfer wie die Pepsi-Chefin Indra Nooyi, die um vier Uhr morgens aus dem Bett hüpfen, werden zu Superstars erhoben. Je mehr kostbare Zeit effizient ausgefüllt oder anders formuliert: nicht mit Schlaf vergeudet wird, desto besser! Vergessen wird dabei gern: Was für die Superschläfer gilt, lässt sich noch lange nicht auf den Durchschnitt übertragen. Nur ein bis drei Prozent der Bevölkerung sind mit einem Kurzschlafgen ausgestattet: Aufgrund eines extrem schnellen Stoffwechsels ist es ihnen möglich, psychische und physische Herausforderungen leichter wegzustecken. Wenn Donald Trump mit vier Stunden Schlaf auskommt – sei's drum. Im Normalfall sind es sieben bis acht.

Der neueren Hirn- und Schlaforschung ist es zu verdanken, dass der Schlaf aktuell eine Art Revival erfährt. Aus medizinisch-neurologischer Seite hat man ihm wieder zu seinem alten Recht verholfen, der angekratzte Ruf wurde rehabilitiert. Freilich, wir können Schlaf nachholen. Schichtarbeiter oder Langstreckenflieger können ein Lied davon singen. Wie eine von der Universität Pennsylvania publizierte Studie belegt, lässt sich ein Schlafdefizit bereits durch wenige zusätzliche Stunden wieder kompensieren. Nichtsdestotrotz: Wer dauerhaft zu wenig schläft, wird krank. Wer dauerhaft zu schlecht schläft, ebenfalls.

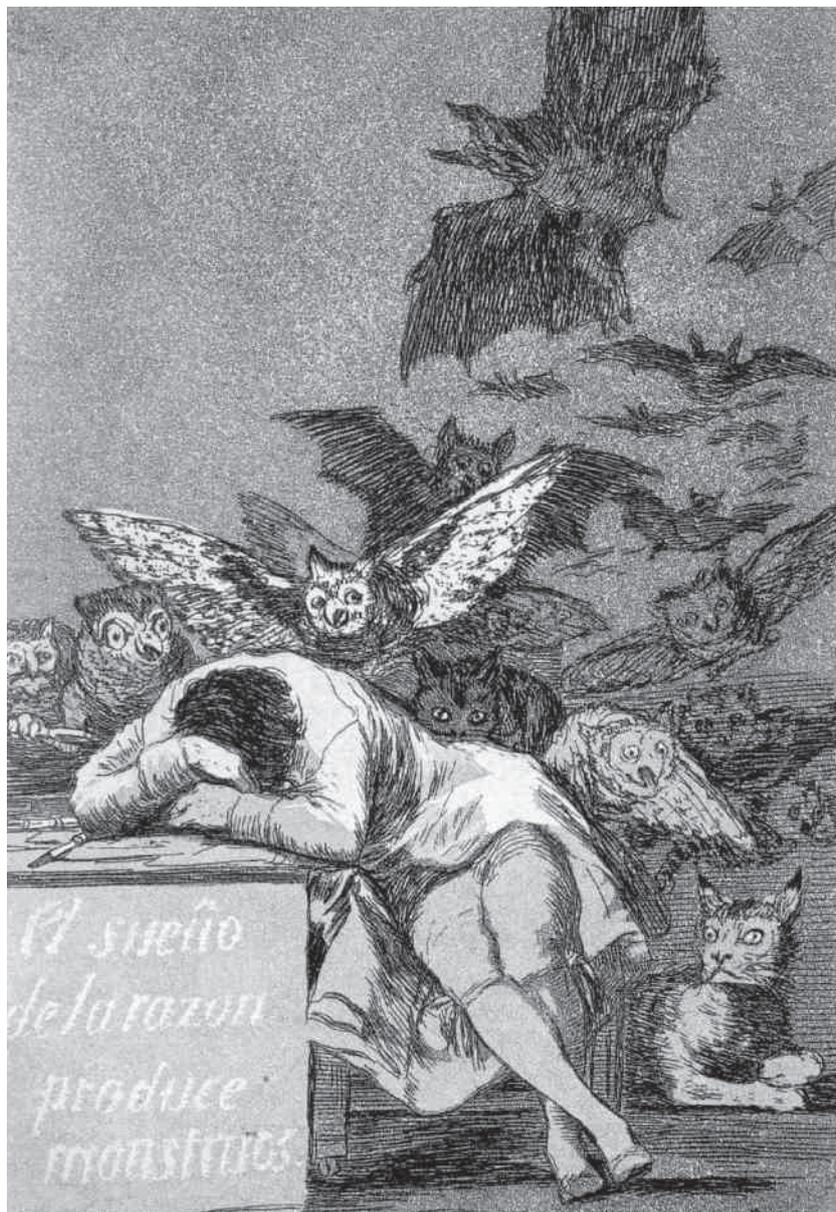
Was unsere Wissenschaft heute zag-

haft zum Vorschein bringt, war in der Antike weitverbreitet. Der sogenannte «Tempelschlaf» gab damals leuchtendes Beispiel für die Heilkraft des Schlafes. Unter dem Schutz des griechischen Heilgottes Asklepios bettete sich der Kranke im Heiligtum, um Genesung oder zumindest einen Hinweis auf die wirksame Therapie seines Leidens zu finden. Entsprechende Rituale und aufwendige Vorbereitungen wie Bäder und Diäten, Gebete und Opfer begleiteten den Tempelschlaf.

Ob wir unseren Schlaf nun wie die alten Griechen als ein Geschenk, als etwas Heilsames schätzen, oder ob wir ihn als notwendiges Übel erachten: Schlafen müssen wir alle. Und zwar ziemlich viel. Etwa ein Drittel unserer Lebenszeit geht mit Schlafen drauf. Bei einer durchschnittlichen Lebensdauer macht das 25 bis 30 Jahre. Grund genug, sich mit dem Thema zu beschäftigen, finden Sie nicht?

Ich persönlich liebe mein Bett. Wenn ich die letzten Zeilen geschrieben, den Artikel beendet habe, dann plumpse ich in die Federn. Meist schlafe ich tief und fest, wie ein Baby. Meinem grossen literarischen Vorbild Franz Kafka ging es da ganz anders. Er litt unter Schlaflosigkeit, war getrieben, kam nicht zur Ruhe. Was ihm im Kopf herumging, wenn er am Schreibtisch sass und wieder und wieder nicht einschlafen konnte, das hat er in seinem kleinen Stück «Nachts» festgehalten – archaisch, verängstigt, und doch irgendwie tröstlich:

«Versunken in die Nacht. So wie man manchmal den Kopf senkt, um nachzudenken, so ganz versunken sein in die Nacht. Ringsum schlafen die Menschen.



Eine kleine Schauspielerei, eine unschuldige Selbsttäuschung, dass sie in Häusern schlafen, in festen Betten, unter festem Dach, ausgestreckt oder geduckt auf Matratzen, in Tüchern, unter Decken, in Wirklichkeit haben sie sich zusammengefunden wie damals einmal und wie später in wüster Gegend, ein Lager im Freien, eine unübersehbare Zahl Menschen, ein Heer, ein Volk, unter kaltem Himmel auf kalter

Erde, hingeworfen wo man früher stand, die Stirn auf den Arm gedrückt, das Gesicht gegen den Boden hin, ruhig atmend. Und du wachst, bist einer der Wächter, findest den nächsten durch Schwenken des brennenden Holzes aus dem Reisighaufen neben dir. Warum wachst du? Einer muss wachen, heisst es. Einer muss da sein.»

Rot. Verena Maria Amersbach

MESSAGE DU GOUVERNEUR

# L'ESSENTIEL EN BREF

Le « Rotary Fellowship for Population Development » (« RFPD ») s'est fixé pour but d'endiguer l'explosion démographique dans les pays au sud du Sahara. Renforcer l'autonomie des femmes est primordial. Les campagnes régionales en faveur de la planification familiale montrent aux femmes qu'il vaut mieux avoir deux enfants en bonne santé que dix enfants malades. Les projets en cours de RFPD sont sur le site Web [www.rfpd.ch](http://www.rfpd.ch).

Près de 1100 « Rotary Peace Fellows » ont suivi une formation Master. Dans ce contexte, le nouveau mouvement rotarien pour la Paix organise en juillet 2020 un forum de la Paix à Genève pour les Rotary Peace Fellows pour qu'ils puissent faire connaissance avec les vingt institutions internationales qui y ont leur siège. Le but de ce forum est de fixer les grands axes d'une collaboration future avec ces organisations.

Les trois projets Polio, RFPD sont soutenus par l'organisation d'un concert de bienfaisance de la Fondation Rotary Suisse. Le dimanche 15 mars 2020 à 17h00, les rotariens et rotariennes, leurs partenaires et les mélomanes de toute la Suisse se retrouveront au concert donné au KKL Luzern. Tout le bénéfice de la vente des billets ira à la Fondation Rotary Suisse qui soutient ces trois projets et des attestations de dons pour l'achat de billets dépassant les 200 CHF seront délivrées. Une raison supplémentaire de venir à ce beau concert qui a au programme des œuvres de Mozart et de Beethoven. Vous serez sous le charme de la merveilleuse soprano Regula Mühlemann (photo) et du pianiste Oliver Schnyder qui seront accompagnés par l'Orchestre symphonique de Lucerne dirigé par Fabien Gabel. Prenez votre billet avant qu'il n'y ait plus de places. Merci de votre soutien et à bientôt à Lucerne.



DG Hanspeter Pfister

**GEDANKEN DES GOVERNORS**

# DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

Es ist wichtig, Polio auch in den letzten zwei Ländern Pakistan und Afghanistan auszurotten, in denen es noch endemisch ist, und andere Länder poliofrei zu halten. Dieses Jahr (bis 26.9.) wurden 82 Fälle des wilden Polio-Virus gezählt. Wenn alle Ausrottungsmassnahmen heute eingestellt würden, könnte Polio in den nächsten zehn Jahren bis zu 200 000 Kinder pro Jahr lähmen. Und die Polio-Mitarbeiter erstellen auch Wasserversorgungen, damit keine anderen Krankheiten verbreitet werden.

Die «Rotary Fellowship for Population Development» («RFPD») hat sich zum Ziel gesetzt, die Bevölkerungsexplosion in Ländern südlich der Sahara einzudämmen. Die Stärkung der Frauen zur Selbstbestimmung ist wichtig. Die landesweiten

Kampagnen zur Familienplanung zeigen den Frauen, dass zwei gesunde Kinder besser sind als zehn kranke. Die aktuellen Projekte von RFPD sind auf [www.rfpd.ch](http://www.rfpd.ch) ersichtlich.

Es gibt etwa 1100 ausgebildete «Rotary Peace Fellows», die ein Masterstudium absolviert haben. Die neue rotarische Bewegung für Frieden veranstaltet im Juli 2020 in Genf eine Tagung für Rotary Peace Fellows, damit diese die zwanzig dort ansässigen internationalen Institutionen kennenlernen. Ziel ist die Erarbeitung von Schwerpunkten der künftigen Zusammenarbeit mit diesen Organisationen.

Die drei Projekte Polio, RFPD und Peace Fellows werden durch das Benefizkonzert Rotary Stiftung Schweiz unterstützt. Am 15. März 2020 um 17.00 Uhr treffen sich

Rotarier, Partner und Musikbegeisterte aus der ganzen Schweiz im KKL Luzern. Sämtliche Erlöse aus dem Kartenverkauf gehen an die Rotary Stiftung Schweiz, welche die drei Projekte unterstützt und auch Spendenbescheinigungen für Kartenkäufe ab 200 Franken ausstellt. Also ein Grund mehr, das schöne Konzert mit Werken von Mozart und Beethoven zu besuchen. Bewundern Sie die wunderbare Sopranstimme von Regula Mühlemann, das Klavierspiel von Oliver Schnyder und die Begleitung durch das Luzerner Sinfonieorchester unter Fabien Gabel. Karten können im Vorverkauf über [www.rotarykonzert.ch](http://www.rotarykonzert.ch) erworben werden. Kaufen Sie die Karten jetzt, solange es noch Plätze gibt! Herzlichen Dank und bis bald in Luzern.

DG Hanspeter Pfister

**RIFLESSIONI DEL GOVERNATORE**

# L'ESSENZIALE IN BREVE

È importante debellare la poliomielite anche negli ultimi due Paesi in cui è ancora endemica, Pakistan e Afghanistan, e operare affinché altri paesi possano continuare a non essere colpiti da questa malattia. Dal 1° gennaio al 26 settembre 2019 sono stati denunciati 82 casi di Poliovirus selvaggio. Nei prossimi dieci anni la poliomielite potrebbe rendere paralitici 200 000 bambini all'anno, anche se oggi fossero messe in atto tutte le misure di eradicamento. Gli operatori del programma per combattere la polio provvedono anche all'approvvigionamento idrico e preven- gono in tal modo anche il diffondersi di altre malattie.

La «Rotary Fellowship for Population Development» («RFPD») si è posta come fine quello di contenere l'esplosione demografica nei Paesi a Sud del Sahara. È importante soprattutto rafforzare la capa-

cià di autodecisione delle donne. Campagne nazionali di pianificazione familiare dimostrano alle donne come due bambini sani siano meglio di dieci bimbi malati. I progetti attuali di RFPD si possono consultare sul sito [www.rfpd.ch](http://www.rfpd.ch).

Sono stati formati circa 1100 «Rotary Peace Fellows» che attualmente hanno concluso il Master. Nel luglio 2020, il nuovo movimento per la pace del Rotary organizzerà un convegno a Ginevra affinché i «Rotary Peace Fellows» si familiarizzino con le venti istituzioni internazionali che hanno sede nella città. Il convegno ha infatti lo scopo di elaborare le priorità della futura collaborazione con tali organizzazioni.

I tre progetti Polio, RFPD e Peace Fellows sono possibili grazie al Concerto di beneficenza della Fondazione Rotary, che si terrà domenica, 15 marzo 2020, alle ore

17 al KKL di Lucerna e riunirà Rotariani, consorti, e amanti della musica da tutta la Svizzera. Tutti i proventi derivanti dalla vendita dei biglietti andranno alla Fondazione Rotary Svizzera che rilascia attestati fiscali per biglietti con prezzo superiore ai CHF 200 e finanzia i tre progetti. Vi è un motivo in più, dunque, per venire a questo eccezionale concerto, con opere di Mozart e Beethoven, e per ammirare la splendida voce di soprano di Regula Mühlemann, Oliver Schnyder al pianoforte e l'accompagnamento della Luzerner Sinfonieorchester, diretta da Fabien Gabel. I biglietti possono essere acquistati in prevendita sul sito [www.rotarykonzert.ch](http://www.rotarykonzert.ch). Vi consigliamo di procurarveli al più presto per essere certi di trovare posto. Un cordiale grazie e a presto, a Lucerna!

DG Hanspeter Pfister

ZU GAST IM BUNDESHAUS

## ROTARISCHE UND POLITISCHE LEADER

Am 18. September 2019 fand das diesjährige Treffen des Governorrates mit knapp 20 rotarischen Parlamentarierinnen und Parlamentariern im Bundeshaus in Bern statt. iPDG Roland Wunderli informierte u. a. über die aktuellen Aktivitäten von Polio, mine-ex und Jugenddienst. Neben den aktuellen Governors der drei Distrikte hatten auch PDG Urs Herzog und PDG Daniel K. Keuerleber die Gelegenheit, Neuigkeiten aus der aktuellen Rotary-Welt vorzustellen und zu diskutieren. Wir danken den rotarischen Vertretern für das offene Gespräch und für ihr Engagement im Parlament im Geiste von Rotary.

📄 PDG Daniel K. Keuerleber | 📷 zvg



Von links nach rechts: DG Magdalena Frommelt (D 2000), iPDG Roland Wunderli (D 1980), DG Blaise Matthey (D 1990) und DG Hanspeter Pfister (D 1980)

34

VEREIN ROTARY JUGENDAUSTAUSCH

## DATENSCHUTZ IM ROTARY JUGENDAUSTAUSCH

Seit dem 25. Mai 2018 ist die EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO resp. GDPR) in Kraft. Damit die EU die Schweiz weiterhin als Drittstaat mit einem angemessenen Datenschutzniveau anerkennen kann und die grenzüberschreitende Datenübermittlung auch in Zukunft relativ einfach möglich bleibt, wird sich das Schweizer Datenschutzgesetz (E-DSG) der EU-DSGVO annähern.

Geplant war, dass das neue E-DSG im Januar 2019 in Kraft tritt. Ein Inkrafttreten des revidierten E-DSG vor 2021 ist nach jetzigem Kenntnisstand jedoch sehr unwahrscheinlich.

Trotzdem hat der Verein Jugendaustausch Schweiz/Liechtenstein vorausschauend Massnahmen zur Einhaltung der kommenden Gesetzesregelung ergriffen. Man hat sich daher entschieden, die jetzige Datenschutz-Organisation kritisch zu prüfen, um Lücken festzustellen und zu

schliessen. Denn bei einer Verletzung werden nicht nur die verantwortlichen Personen mit Bussen (persönliche Haftung) bestraft; ein Verstoss kann auch zu Reputationsschäden und Vertrauensverlust führen. Der Protection Officer des Vereins Rotary Jugendaustausch Schweiz/Liechtenstein, Uwe Müller-Gauss, konnte zwei seiner MAS Risk Management Studierenden an der HSLU (Lucerne University of Applied Science and Arts) motivieren, ihre Masterthesis am Beispiel des Jugendaus-

tauschs zu erarbeiten. In zahlreichen Sitzungen mit der Geschäftsstellenleiterin Ursula Gervasi und dem Vereinspräsidenten Andreas Weissen haben Manuela Rapold und Frank Böhme Informationen zum Ist-Zustand gesammelt, eine Schwachstellenanalyse erstellt und von dieser dann technische, organisatorische Massnahmen formuliert, welche in einem Datenschutzhandbuch mündeten.

📄 Uwe Müller-Gauss/red  
📷 zvg

CONSEIL DES GOUVERNEURS SUISSE-LIECHTENSTEIN

# RENCONTRE D'AUTOMNE DES LEADERS DU ROTARY

Depuis sa fondation en 1996, le Conseil des gouverneurs Suisse-Liechtenstein se réunit deux fois par an – une fois au printemps et une fois à l'automne. Pendant un jour et demi, les gouverneurs actuels, ceux qui ont quitté leur fonction à la fin de l'année rotarienne précédente et les futurs gouverneurs des trois districts délibèrent sur des thématiques rotariennes actuelles. La réunion d'automne a ainsi eu lieu au

Limmathof à Baden fin août. A l'ordre du jour, figurait entre autres : l'échange d'informations avec les représentants de mine-ex, d'EndPolioNow et de la Fondation Rotary Suisse. Ils ont aussi parlé du Rotary Peace Forum à Genève, de la sauvegarde des glaciers en Suisse, de la campagne publicitaire au cinéma pour Rotaract et de l'élection d'un directeur RI de notre pays.



Le Conseil des gouverneurs 2019/20, en arrière-plan depuis la gauche : DG Hanspeter Pfister, iPDG Markus Hauser et PDG Daniel K. Keuerleber-Burk (secrétaire du Conseil des gouverneurs). Au centre : DGE Francesco Beretta Piccoli, DGE Reto E. Fritz, DG Blaise Matthey, DGN Bea Seiterle, DGE Hansruedi Moser et DGN Jean-Noël Gex ; au premier plan : DGN Ursula Schoepfer, iPDG Roland Wunderli (président du Conseil des gouverneurs) et iPDG Christian Colquhoun. Il manque sur la photo : DG Magdalena Frommelt.

## INCONTRO D'AUTUNNO DEI LEADER DEL ROTARY

Sin dalla sua fondazione nel 1996, il Consiglio dei Governatori si riunisce due volte all'anno, in primavera e verso l'autunno. Per un giorno e mezzo i governatori in carica, i loro predecessori e i futuri responsabili dei tre distretti si consultano sui temi su cui si focalizza in quel periodo l'attività del Rotary.

L'ultima riunione si è tenuta alla fine di agosto al Limmathof di Baden. Tra i numerosi punti in agenda, figurava lo scambio d'informazioni tra rappresentanti di mine-ex, End Polio Now, e la Fondazione Rotary Svizzera. Sono stati inoltre trattati temi quali il Rotary Peace Forum a Ginevra, il mantenimento dei Ghiacciai in Svizzera, la pubblicità cinematografica per il Rotaract e l'elezione di un direttore RI che provenga dalle nostre regioni.

## INNER WHEEL

# ANGST UND SCHAM ÜBERWINDEN UND HANDELN

Der 25. November ist der Internationale Tag gegen Gewalt an Frauen. In der Schweiz werden die Orange Days respektive die Kampagne 16 Tage gegen Gewalt an Frauen von über 70 Organisationen umgesetzt, darunter der Dachorganisation der Frauenhäuser Schweiz und Liechtenstein DAO. IW sprach mit Susan A. Peter, Mitglied des Vorstands.

## WER IST VON HÄUSLICHER GEWALT BETROFFEN?

Die wenigen repräsentativen Befragungen aus der Schweiz bestätigen die weltweit erhobenen Daten: Jede vierte Frau, also rund 25%, erlebt mindestens einmal im Leben körperliche und/oder sexuelle Gewalt durch ihren aktuellen oder ehemaligen Partner – wobei man von je einem Drittel Migrantinnen-, Gemischt- und Schweizer Paaren ausgeht. Erstaunlich ist eine Erhebung aus Deutschland, die besagt, dass die zweitmeist betroffene Gruppe gut ausgebildete Frauen zwischen 45 und 55 Jahren sind.

## WARUM SCHLÄGT EIN MANN (S)EINE FRAU?

Menschen – mehrheitlich Männer –, die Gewalt anwenden, tun dies aus einem Bedürfnis heraus, die Macht zu haben, eige-

Le 25 novembre est la Journée internationale pour l'élimination de la violence à l'égard des femmes. En Suisse, plus de 70 organisations se mobiliseront lors des Orange Days et la campagne 16 jours contre la violence à l'égard des femmes. A la veille de ces manifestations, IW s'est entretenu avec Susan A. Peter, membre du comité de la DAO – Fédération Solidarité Femmes de Suisse, organisation faîtière suisse des maisons d'accueil pour femmes. Vous trouverez la traduction en français de l'interview sur :

🌐 [www.innerwheel.ch](http://www.innerwheel.ch)



ne Interessen durchzusetzen. Die Motive sind komplex, viele Faktoren wirken ein. Oft geht es um Kontrolle – über die Frau, allenfalls Kinder, die eigene Identität oder ein Lebensgefühl.

## INWIEFERN SPIELT DAS MÄNNERBILD DES STARKEN MANNES MIT?

Natürlich, ein «richtiger» Mann darf nicht schwach sein, er muss den Überblick haben und sich durchsetzen. Inzwischen beginnt dieses einengende und auch diskriminierende Bild zum Glück zu bröckeln. Doch es gibt viele Beispiele zu sehen, wie es noch immer enorm wirkt. Ein Blick etwa in Bilder- und Schulbücher zeigt die Geschlechter- und Rollenteilung deutlich!

## WAS KANN MAN TUN?

Sich gegenseitig respektieren und auch in Konfliktsituationen auf Augenhöhe begegnen, miteinander reden! Ist die sogenannte Gewaltspirale jedoch im Gang, müssen die Betroffenen Hilfe holen. Meist ist es die Frau, die in einer gewalttätigen Atmosphäre irgendwann aufwacht, ihre grosse Angst und auch Scham überwindet und handelt: Sie vertraut sich jemandem an, geht in eine Beratung oder ins Frauenhaus. Der Mann muss ebenfalls Unterstützung bekommen und zuerst lernen, Verantwortung für sein Handeln zu übernehmen. Oft fehlt es ihm an Empathiefähigkeit, sowohl für das Opfer als auch für sich. Auch das kann gelernt werden.

📄 Inge Beckel, Anne Scerri | 🇺🇳 UN

## Ausstellungen zum Thema Exposition sur le sujet

**Ausstellungen zum Thema / Exposition sur le sujet  
«Willkommen zu Hause» in Baden und Schaffhausen**

🌐 <https://www.ahg-aargau.ch/home/> und <http://www.shpol.ch/Gewalt.10119.0.html>

**«Stärker als Gewalt» in Bern  
«Plus Fort que la Violence» in Fribourg**

🌐 <http://plus-fort-que-la-violence.ch>

ROTARACT CLUB

# UUUND ACTION!

Lernen, Helfen und Feiern, die drei Grundpfeiler von Rotaract, kommen jetzt in völlig neuem Format daher: Der 25 Sekunden lange Rotaract Werbefilm ist im Kasten.

Um die Bekanntheit von Rotaract in der Schweiz zu steigern und den Nachwuchs zu sichern, wurde vor etwa einem Jahr das Projekt «Rotaract Kinowerbung» ins Leben gerufen. Dank der finanziellen Unterstützung diverser Governors konnte der Werbespot am 13. und 14. September 2019 endlich aufgenommen werden.

Es waren zwei spannende Tage für die anwesenden Rotarier und Rotaracter, denn sie durften vor und hinter der Kamera mitwirken: Zehn machten als StatistInnen mit; andere überwachten zusammen mit dem Regisseur, Alun Meyerhans, die Dreharbeiten. Am ersten Drehtag waren vor allem die zwei professionellen Schauspielerinnen gefordert: Ladina von Frisching musste innerhalb von 21 Sekunden (auf Schweizerdeutsch) «über ihr Wo-

chenende berichten» und Diana Meierhans das Gleiche auf Französisch und Italienisch. Klingt einfach, aber es stellte sich, vor allem beim italienischen Text, als akrobatische Hochleistung für die Sprechorgane heraus. Die beiden meisterten diese Herausforderung jedoch, trotz kurzfristigen Änderungen am Skript, mit Bravour. Am zweiten Drehtag wurden «die Erlebnisse vom Wochenende» der Protagonistin gefilmt. Für die Szenen «Uhrenfabrik» (Lernen), «Clean-Up Day» (Helfen), «Sushi-Abend» (Feiern) waren nun auch die schauspielerischen Fähigkeiten der Schweizer Rotaracter gefragt! Zusammen mit Diana und Ladina wurden nach Anweisungen der Regie manche Bewegungen mindestens ein Dutzend Mal wiederholt, um den perfekten Shot sicherzu-



stellen. Nach einem zehnstündigen Drehtag waren alle Beteiligten fix und fertig, aber sehr zufrieden und stolz auf das Resultat.

Der Werbefilm wird bis Ende Oktober durch die Filmgerberei fertiggestellt und ab November in ausgewählten Kinosälen der Schweiz gezeigt. Das Projektteam durfte sich den Rohschnitt bereits anschauen und verrät vorerst nur soviel: Man darf sich auf einen super Werbespot mit viel Witz und Charme freuen!

Michèle Gasser Duangsamorn  
zvz

ROTARY INSTITUTE

# VON DEN ROTARISCHEN WERTEN



«Values are our core» stand als grosses Thema über dem Rotary Institute, das vom 9. bis zum 13. Oktober in Catania stattfand. Um die 400 Rotarier aus 65 Distrikten und 17 Ländern waren der Einladung von Convener Francesco Arezzo nach Sizilien gefolgt, um sich über den Kern unserer Organisation im Spannungsfeld der soziokulturellen Entwicklungen dieser Tage auszutauschen. Mit gleich drei Instruktoren (PDG Claudia Hendry, PDG Judith Lauber und PDG Urs Klemm) war die Schweiz bestens aufgestellt. Weitere Vertreter der schweizerischen Delegation: PDG Urs Herzog, Hélène Klemm, DGE Francesco Beretta Piccoli, DGE Reto E. Fritz, DGE Hansruedi Moser (fehlt auf dem Foto) sowie Rot. Michel Gut samt Gattin Ursula.

vma | vma

MESSAGE DU PRÉSIDENT

# UNE RELATION PÉRENNE ET PROFONDE

Chers amis rotariens,

La Journée du Rotary aux Nations unies, que nous célébrons chaque année en novembre, est un rappel important des relations historiques entre nos deux organisations. Mais l'événement de cette année est encore plus important que d'habitude, car nous nous préparons au 75<sup>e</sup> anniversaire de la signature de la Charte des Nations unies en juin 2020.

Vous vous demandez peut-être pourquoi célébrer cet anniversaire ? Pour le Rotary, c'est clair, car nous avons joué un rôle de premier plan lors de la Conférence de San Francisco à l'origine des Nations unies en 1945. Tout au long de la Seconde Guerre mondiale, le Rotary avait publié des textes sur l'importance de former une telle organisation pour préserver la paix mondiale.

Non seulement le Rotary a contribué à la création de l'ONU, mais le magazine *The Rotarian* a aussi joué un rôle de premier plan dans la communication de ses idéaux. Les membres du Rotary ont été informés des projets de création de l'ONU par le biais de nombreux articles et d'un livret intitulé « From Here On ! ». Lors de la rédaction de la charte de l'ONU, le Rotary était l'une des 42 organisations invitées par les États-Unis à agir comme consultante auprès de leur délégation à la Conférence de San Francisco.

Chaque organisation disposait de trois sièges pour trois représentants, les 11 représentants du Rotary International ont donc siégé à tour de rôle. Le secrétaire général, le président en exercice et plusieurs anciens présidents ainsi que le rédacteur en chef de *The Rotarian* représentaient officiellement le Rotary. De plus, des Rotariens d'Afrique, d'Asie, d'Australie, d'Europe et d'Amérique du Nord et du Sud étaient membres ou consultants de la délégation de leur pays.

Nous avons une relation importante et durable avec l'ONU qui mérite d'être célébrée et appréciée. C'est pour cette raison que le Rotary organisera cinq événements spéciaux d'ici juin : La Journée du Rotary à l'ONU à New York le 9 novembre, trois conférences présidentielles l'année prochaine à Santiago du Chili, à Paris et à Rome, et une célébration finale en lever de rideau de la convention du Rotary à Honolulu.

L'accent mis sur l'ONU cette année concernera non seulement le passé, mais aussi l'avenir. Il y a en effet beaucoup de parallèles entre le travail que nous accomplissons dans nos axes stratégiques et les Objectifs de développement durable de l'ONU. Bien que ces objectifs soient incroyablement ambitieux, ils sont une véritable source d'inspiration et d'orientation – et ils sont similaires à de nombreux objectifs du Rotary qui se sont avérés avoir un impact durable et positif dans notre monde. Ces objectifs peuvent être at-

teints, mais seulement avec le même dévouement et la même ténacité que le Rotary incarne si bien. Seul, nous ne pouvons pas approvisionner le monde en eau propre, nous ne pouvons pas éliminer la faim, nous ne pouvons pas éradiquer la polio. Mais avec des partenaires comme les Nations unies, il est évident que nous le pouvons.

Envisagez d'assister à l'une de nos cinq célébrations de l'ONU. J'ai hâte de vous communiquer davantage d'informations à ce propos tout au long de l'année.



Mark Daniel Maloney  
Président du Rotary International

🌐 [www.rotary.org/fr/office-president](http://www.rotary.org/fr/office-president)



**BOTSCHAFT DES PRÄSIDENTEN**

# EINE TIEFE, DAUERHAFT BEZIEHUNG

Liebe Freundinnen und Freunde

Der jedes Jahr im November stattfindende Rotary-Tag bei den Vereinten Nationen ist eine wichtige Erinnerung an die historische Beziehung zwischen den beiden Organisationen. Aber die diesjährige Veranstaltung ist noch wichtiger als sonst, denn wir begehen im Juni 2020 den 75. Jahrestag der Unterzeichnung der UN-Charta.

Warum sollten wir diesen Jahrestag feiern, fragen Sie sich vielleicht. Nun, für Rotary ist es durchaus angemessen, diesen Tag zu würdigen. Schliesslich waren wir bei der Konferenz von San Francisco, die 1945 die Vereinten Nationen gründete, dabei und spielten dort eine Schlüsselrolle. Während des Zweiten Weltkriegs veröffentlichte Rotary bereits Materialien über die Bedeutung der Gründung einer solchen Organisation zur Erhaltung des Weltfriedens. Rotary hat aber nicht nur die Gründung der UNO beeinflusst, sondern auch eine führende Rolle bei der Vermittlung ihrer Ideale gespielt. Rotary informierte die Mitglieder über Pläne zur Grün-

dung der UNO durch zahlreiche Artikel in «The Rotarian» und durch eine Broschüre mit dem Titel «From Here On!». Als es an der Zeit war, die UN-Charta zu formulieren, war Rotary eine von 42 Organisationen, die die Vereinten Staaten eingeladen hatten, ihrer Delegation auf der Konferenz von San Francisco als Berater zur Seite zu stehen.

Jede Organisation hatte Sitze für drei Repräsentanten, sodass die elf Repräsentanten von Rotary International im Wechsel dienten. Zu den offiziellen Vertretern von Rotary gehörten damals der Generalsekretär, der amtierende und mehrere ehemalige Präsidenten sowie der Herausgeber von «The Rotarian». Darüber hinaus waren Rotarier aus Afrika, Asien, Australien, Europa sowie Nord- und Südamerika Mitglieder oder Berater der Delegationen ihrer eigenen Länder.

Wir haben eine tiefe und dauerhafte Beziehung zu den Vereinten Nationen, die es verdient, gefeiert und gewürdigt zu werden. Um diese Beziehung zu erkennen, wird Rotary bis Juni fünf besondere Veranstaltungen durchführen: neben dem Rotary Day bei den Vereinten Nationen in New York am 9. dieses Monats drei Präsidentenkonferenzen im nächsten Jahr in Santiago de Chile, Paris und Rom sowie eine Abschlussfeier kurz vor dem Rotary International Convention in Honolulu.

Bei dieser Fokussierung auf die UNO im kommenden Jahr geht es aber beileibe nicht nur um die Vergangenheit, sondern

ganz besonders um den Weg in unsere Zukunft. Es gibt so viele Parallelen zwischen der Arbeit, die wir in unseren Schwerpunktbereichen leisten und der Arbeit im Rahmen der UN-Ziele für nachhaltige Entwicklung. Diese Ziele sind zwar in der Tat sehr ehrgeizig, aber sie geben Inspiration und Orientierung – und sind vielen Rotary-Zielen ähnlich, die sich als nachhaltige, positive Veränderungen in unserer Welt erwiesen haben. Die Ziele können erreicht werden, aber nur, wenn sie mit dem gleichen langfristigen Engagement und der gleichen Hartnäckigkeit durchgeführt werden, die Rotary so gut versteht. Alleine können wir eben nicht das globale Wasserproblem lösen, allein können wir nicht den Hunger beseitigen, allein können wir Polio nicht ausrotten. Aber zusammen mit Partnern wie den Vereinten Nationen können wir es.

Bitte erwägen Sie, an einer unserer fünf UN-Treffen teilzunehmen. Ich freue mich darauf, das ganze Jahr über Neuigkeiten über diese besonderen Ereignisse mit Ihnen zu teilen.



**Mark Daniel Maloney**  
Präsident Rotary International

🌐 [www.rotary.org/de/office-president](http://www.rotary.org/de/office-president)



**BOTSCHAFT DES FOUNDATION CHAIR**

# NI HAO, LIEBE ROTARISCHE FREUNDE!

Wir hatten gerade unsere erste Benefizveranstaltung in Taiwan für die Rotary Foundation – und es war ein grosser Erfolg.

Die Taiwan AKS Members Association organisierte die Veranstaltung im August in Taipeh. Wir hörten eine inspirierende Rede von Ravishankar Dakoju vom Rotary Club of Bangalore Orchar (Distrikt 3190). Er erzählte, warum er seine Zeit und sein Geld einbringt – und warum er Organ-spender ist. Seine Grosszügigkeit ist legendär, und er will der Welt helfen, wo immer er kann. Seine Rede berührte alle, die an der Veranstaltung teilnahmen.

Wir freuen uns und fühlen uns geehrt, bekannt zu geben, dass die Gesamtsumme für die Spendenaktion 5,5 Millionen Dollar betrug. Wir haben elf neue Mitglieder der Arch Klumph Society, die auf der Ebene des Chair's Circle (50 000 USD bis 999 999 USD) und 14 auf der Ebene des Trustees Circle (250 000 USD bis 499 999 USD) mitwirken. Vielen Dank an unsere grosszügigen Spender in Taiwan!

Bei Veranstaltungen wie dieser werde ich immer wieder daran erinnert, wie Ro-

tary uns die Möglichkeit bietet, gemeinsam etwas Gutes zu tun. Unser Service bringt uns mit so vielen interessanten Menschen aus aller Welt in Kontakt. Wenn wir uns treffen, hören wir von Projekten aller Art, und es ist immer inspirierend. Und wir hören nie auf, voneinander zu lernen.

Das ist auch eine wunderbare Lektion für unsere Kinder. Wir teilen mit ihnen die Bedeutung der Gemeinschaft und des Aufbaus neuer Bindungen zu anderen Menschen. Wir zeigen ihnen, was wirklich wichtig im Leben ist: Verbindungen herstellen, das Leben für Bedürftige verbessern und etwas für andere tun. Rotary ist die beste Ausbildung, die eine Familie haben kann.

Ich freue mich, dass Rotary-Präsident Mark Daniel Maloney die Erweiterung der Familie von Rotary zu einer Priorität gemacht hat. Wir müssen unsere Familienmitglieder zu Rotary-Veranstaltungen mit-

bringen und alles in unserer Macht Stehende tun, um sie zu ermutigen, Teil dieser wunderbaren Organisation zu sein. Und durch die Rotary Foundation können wir diese Familienbeziehungen zu einem Teil unseres Erbes machen.

**«MAN IST NIE ZU JUNG  
ODER ZU ALT FÜR ROTARY»**

Geben Sie also Ihre «High Five» an Rotary weiter und finden Sie Wege, Ihre Familie zu Rotary zu bringen. Es ist das wunderbarste Geschenk, das man mit den Menschen teilen kann, die man liebt.

**Gary C.K. Huang**  
Foundation Trustee Chair

—  
40  
—



RI CONVENTION 2020

# FUN EN FAMILLE

Quand vous allez programmer votre séjour à Honolulu du 6 au 10 juin 2020, n'oubliez pas d'inclure les activités de vos enfants. Honolulu est idéal pour qu'ils gardent un souvenir pérenne de la convention du Rotary International et connaissent mieux la grande famille du Rotary.

Le « luau », une grande fête qui met l'accent sur la gastronomie et les spectacles, est une tradition hawaïenne qui remonte à l'époque du roi Kamehameha II. Dans la plupart des luau, il y a des danseurs de hula, un élément important de la culture polynésienne, qui racontent des histoires à travers un ensemble de mouvements codifiés. Le luau est un grand moment pour tout visiteur à Hawaii et il y a encore bien d'autres possibilités de se distraire autour d'Honolulu.

La beauté naturelle d'Hawaii est lé-

gendaire, et une façon idéale d'en faire l'expérience est d'aller sur l'eau. Si votre famille aime l'aventure, elle pourra faire du surf. Dans de nombreux endroits, on peut prendre des leçons à Honolulu. Si vous voulez profiter de l'eau à un rythme plus doux, essayez le kayak ou la plongée avec tuba dans les récifs magnifiques de la baie de Ka-ne'ohe.

Et même si vos enfants veulent seulement construire des châteaux de sable, Honolulu dispose de plages légendaires à Oahu. N'oubliez cependant pas de prendre de la crème solaire.

Ne ratez pas la convention 2020 du Rotary à Honolulu. Inscrivez-vous sur [riconvention.org/fr](https://riconvention.org/fr) avant le 15 décembre pour faire des économies.

 **Hank Scartin** |  **RI**

## SPASS FÜR DIE GANZE FAMILIE

Wenn Sie die Teilnahme an der Rotary International Convention in Honolulu vom 6. bis 10. Juni planen, vergessen Sie nicht, Ihre Kinder in die Planung einzubeziehen. Honolulu ist ein perfekter Ort, um Erinnerungen zu schaffen, die ein Leben lang halten – und um Ihre Kinder an die weltweite Rotary-Familie heranzuführen.

Das «Luau», eine grosse Party mit Fokus auf Essen und Unterhaltung, ist eine hawaiianische Tradition, die auf die Zeit von König Kamehameha II. zurückgeht. Bei den meisten Luau erleben Sie Hula-Tänze als bedeutenden Teil der polynesischen Kultur. Die Tänze erzählen dabei Geschichten durch eine Reihe von kodifizierten Bewegungen. Luau sind zu einem beliebten Teil des Besuchererlebnisses auf Hawaii geworden, aber Sie werden auch sonst vielfältige faszinierende Erlebnisse rund um Honolulu finden.

Die natürliche Schönheit Hawaiis ist legendär, und eine ideale Möglichkeit für Ihre Familie, sie zu erleben, ist auf dem Wasser. Wenn Ihre Familie abenteuerlustig genug ist, probieren Sie Surfen oder Segeln aus. Unterricht dafür gibt es an verschiedenen Orten in Honolulu. Wenn Sie das Meer in einem sanfteren Tempo erleben möchten, versuchen Sie Kajakfahren oder Schnorcheln in den unberührten Riffsystemen der Ka-ne'ohe Bay.

Und selbst wenn Sie und die Kinder einfach nur gemeinsam Sandburgen bauen wollen, Honolulu hat alles parat: Die Strände von Oahu sind legendär. Denken Sie nur daran, Sonnencreme einzupacken.

Versäumen Sie nicht die Rotary Convention 2020 in Honolulu. Registrieren Sie sich bis zum 15. Dezember unter [riconvention.org/de](https://riconvention.org/de) zum Sonderpreis.

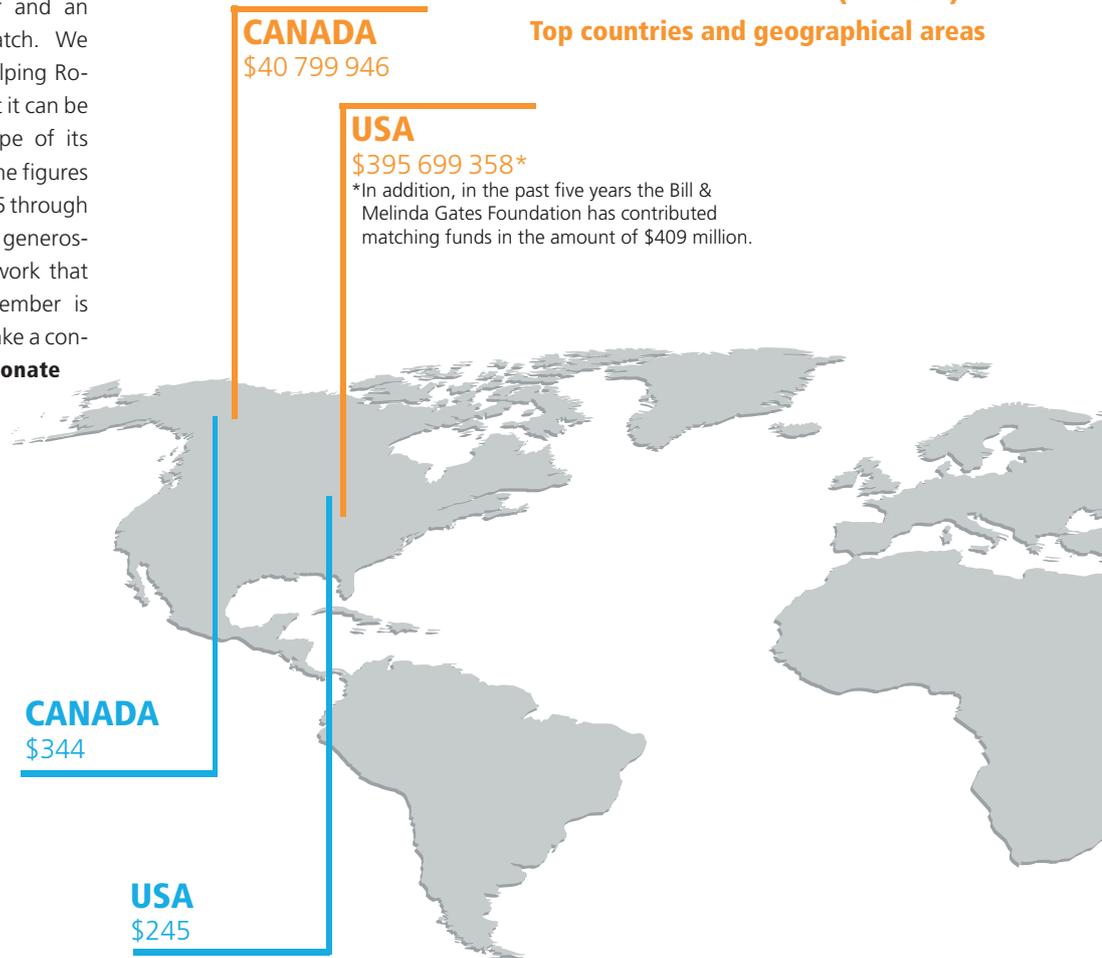


**THE ROTARY FOUNDATION**

# A FOUNDATION

The Rotary Foundation is recognized as one of the most effective and well-managed charitable organizations in the world, with twelve consecutive four-star ratings from Charity Navigator and an A-plus rating from CharityWatch. We know that the Foundation is helping Rotarians do good in the world, but it can be difficult to convey the full scope of its work. So we've put together some figures from the past five years – 2014/15 through 2018/19 – to tell the story of the generosity of Rotarians and the good work that the Foundation supports. November is Rotary Foundation Month; to make a contribution, go to [rotary.org/donate](http://rotary.org/donate)

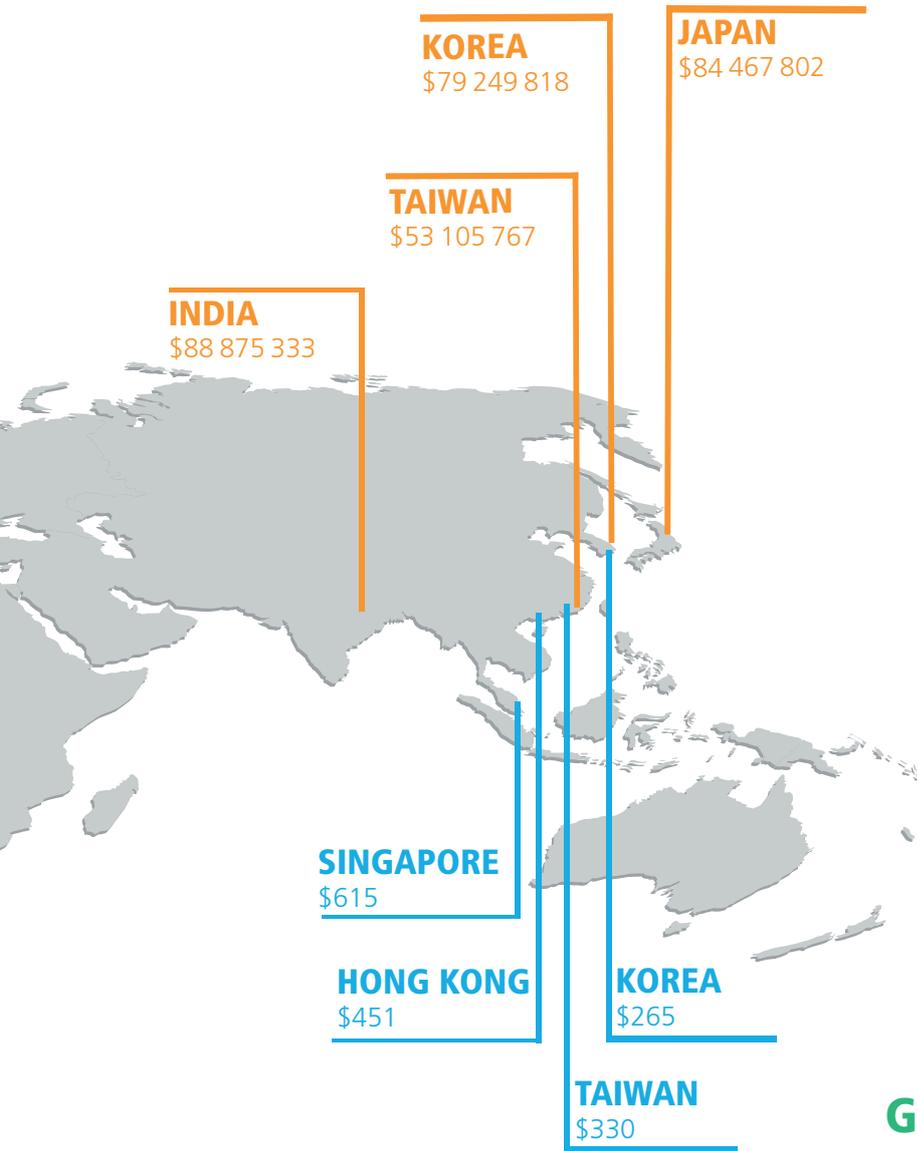
**TOTAL GIVING OVER FIVE YEARS BY DOLLAR AMOUNT (in USD)**  
Top countries and geographical areas



**AVERAGE YEARLY GIVING OVER FIVE YEARS PER ROTARIAN (in USD)**  
Top countries and geographical areas

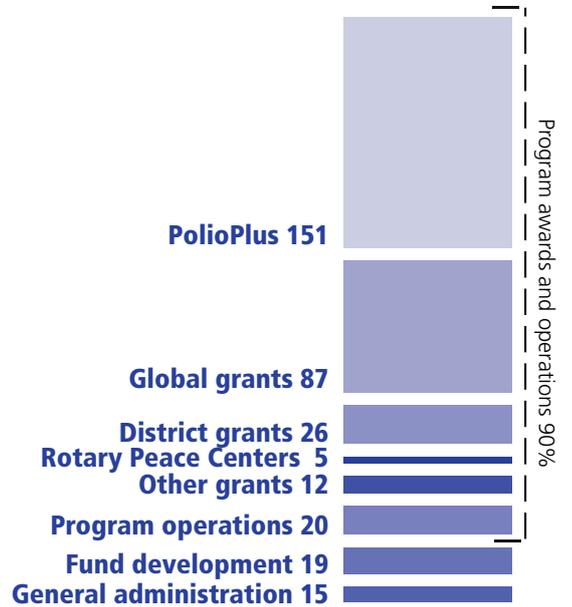
Area of focus	Total funding
Basic education and literacy	\$ 53,261,360
Community economic development	\$ 54,118,305
Disease prevention and treatment	\$ 151,761,859
Maternal and child health	\$ 35,233,163
Peacebuilding and conflict prevention	\$ 18,659,168
Water, sanitation, and hygiene	\$ 100,657,464

# TO BUILD ON

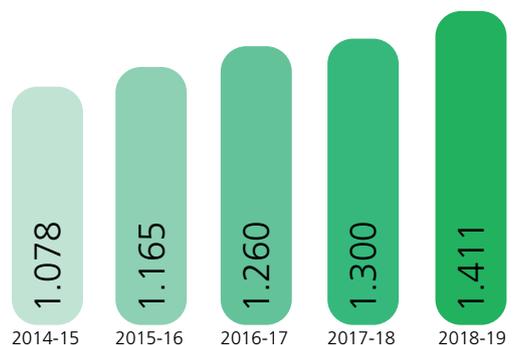


**AVERAGE YEARLY GIVING OVER FIVE YEARS PER ROTARIAN (in USD)**  
Top countries and geographical areas

## 2018-19 TOTAL EXPENDITURES \$ 335 (in million USD)



## GLOBAL GRANTS APPROVED



AKTUELLES

# NIGERIA ERREICHT MEILENSTEIN BEI DER AUSROTTUNG DER KINDERLÄHMUNG

Drei Jahre ist es her, dass über durch wilde Polioviren verursachte Fälle von Kinderlähmung berichtet werden musste. Der am 21. August erreichte Meilenstein bedeutet, dass damit der Weg frei ist, die gesamte Afrika-Region im nächsten Jahr durch die WHO als poliofrei zertifizieren zu können.



der Ausrottung der Krankheit. «Rotarier haben sich intensiv dafür eingesetzt, das Bewusstsein für die Ausrottung von Polio zu schärfen, die Zusammenarbeit mit der Regierung zu sichern und andere grundlegende Gesundheitsbedürfnisse zu decken. Mit der Bereitstellung gesunden Trinkwassers zum Beispiel ergänzen sie die Bemühungen zur Ausrottung von Polio ganz wesentlich.»

Nigeria ist das letzte Land auf dem afrikanischen Kontinent, in dem Polio nach wie vor endemisch vorkommt. Sobald Afrika als frei vom wilden Poliovirus zertifiziert ist, werden damit fünf der sechs WHO-Weltregionen poliofrei sein. Dann sind Afghanistan und Pakistan die letzten Länder der Erde, in denen die Übertragung des Virus noch nicht unterbrochen werden konnte.

Dr. Tunji Funsho, Vorsitzender des Nigeria National PolioPlus Committee von Rotary, ist glücklich über den erreichten Erfolg, warnt Rotarier aber davor, sich zu früh zu freuen. Er erinnert an die unbedingte Voraussetzung für die Fortführung dieses Status Quo, dass routinemässige Impfungen weiterhin jedes Kind in Nigeria erreichen.

Der Erfolg Nigerias ist das Ergebnis mehrerer nachhaltiger Bemühungen, nationaler und internationaler Finanzierungen, dem Einsatz Tausender von Helfern und Strategien zur Impfung von Kindern, die bisher wegen mangelnder Sicherheit in den Nordstaaten des Landes nicht erreicht werden konnten.

«Rotary, die Partner der Global Polio Eradication Initiative und die nigerianische Regierung haben die Systeme zur Immunisierung und Früherkennung massgeblich gestärkt», sagt Michael K. McGovern, Vorsitzender des Internationalen PolioPlus-Ausschusses von Rotary. Er fügt hinzu: «Wir erreichen jetzt mehr Kinder als je zuvor an einigen der am schwersten erreichbaren Orte in Nigeria.»

Laut McGovern spielen Rotary-Mitglieder in Nigeria eine wichtige Rolle bei





«ALS ERSTE ORGANISATION, DIE VON EINER POLIOFREIEN WELT TRÄUMTE, HAT SICH ROTARY DAZU VERPFLICHTET, EIN VERSPRECHEN ZU ERFÜLLEN»

«Es ist von grösster Bedeutung, dass wir sicherstellen, dass dem Virus alle Türen verschlossen bleiben, damit es sich nicht erneut in unserem Land ausbreiten kann», sagt Funsho.

Um dies zu erreichen, müsse Rotary starke Lobbyarbeit leisten, das Bewusstsein für Impfkampagnen weiter stärken und sicherstellen, dass die Mitglieder die notwendigen Mittel aufbringen. Rotary hat bisher 268 Millionen Dollar zur Bekämpfung von Polio in Nigeria beigetragen.

«Als erste Organisation, die von einer poliofreien Welt träumte, hat sich Rotary dazu verpflichtet, ein Versprechen zu erfüllen», betont Michael McGovern. «Unsere Fortschritte in Nigeria sind ein grosser Schritt auf dem Weg zu diesem Ziel, aber wir müssen die Dynamik beibehalten, damit Pakistan und Afghanistan bald auf dem gleichen Stand sind.»

Am Weltpoliotag macht Rotary traditionell auf die Polioinitiative und deren Erfolge und Herausforderungen aufmerksam. Helfen Sie mit, unser Ziel einer poliofreien Welt zu erreichen!

📄 Ryan Hyland | 📷 Andrew Esiebo

🌐 [www.endpolio.org/de/weltpoliotag](http://www.endpolio.org/de/weltpoliotag)



NEWS

# SHEKHAR MEHTA CHOISI COMME PRÉSIDENT

46

La commission de nomination du président du Rotary International a retenu la candidature de Shekhar Mehta, du Rotary club de Calcutta-Mahanagar (Inde) ; il deviendra officiellement président 2021/2022 du Rotary International le 1<sup>er</sup> octobre si aucune candidature en opposition n'est présentée d'ici là.

Shekhar Mehta affirme que la tendance actuelle de l'effectif est un défi et que son développement devrait être la priorité absolue du Rotary. Pour lui, se concentrer sur des plans régionaux, assurer la transition du Rotaract au Rotary et favoriser la diversité ainsi que le recrutement des femmes pourrait garantir une croissance nette de 5 pour cent par an. « Un brainstorming majeur est nécessaire pour trouver des solutions efficaces et adaptées aux différentes régions du monde », affirme-t-il. Il ajoute aussi qu'il faut accorder de l'importance à l'éthique et à la culture régionale pour trouver des solutions locales, « car il n'existe pas de panacée universelle ». Il est ainsi persuadé que le Rotary peut s'étendre à de nouvelles régions et à de nouveaux pays. Ardent promoteur du plan stratégique du Rotary, Shekhar Mehta encouragera les clubs à mettre en pratique et à

renforcer les valeurs fondamentales du Rotary. Le Rotary doit mettre l'accent sur les partenariats avec les gouvernements et les entreprises, élargir sa portée en établissant des partenariats avec des organismes spécialisés dans chacun des axes stratégiques et investir dans la technologie.

Comptable de profession, Shekhar Mehta est président de Skyline Group, une entreprise de développement immobilier qu'il a fondée. Il est aussi administrateur de Operation Eyesight Universal (Inde), une organisation basée au Canada. Il s'implique activement dans le secours en cas de catastrophe et il est administrateur de ShelterBox au Royaume-Uni. Après le tsunami qui a frappé l'océan indien en 2004, il a aidé à construire près de 500 maisons pour des familles victimes de la catastrophe. Shekhar Mehta a été le pionnier d'un programme qui a permis de réaliser



plus de 1 500 interventions chirurgicales du cœur en Asie du Sud. Il est également l'architecte du programme TEACH qui promeut l'alphabetisation dans toute l'Inde et a eu un impact sur des milliers d'écoles. Membre du Rotary depuis 1984, Shekhar Mehta a occupé les fonctions d'administrateur du Rotary, de membre et de président de plusieurs commissions, de coordinateur de zone, de training leader, de conseiller technique de la Fondation Rotary et de gouverneur. Il est aussi président de la Fondation Rotary en Inde. Il a reçu le Prix « Servir d'abord », la Citation de la Fondation Rotary pour service méritoires et la Distinction de la Fondation pour services éminents. Avec son épouse Rashi, ils sont donateurs majeurs et membres de la Société des testateurs.

NEWS

# TOP RATING DA CHARITY NAVIGATOR ALLA FONDAZIONE ROTARY PER 12 ANNI CONSECUTIVI

Per il dodicesimo anno consecutivo, la Fondazione Rotary ha ricevuto il rating più alto – quattro stelle – da Charity Navigator, un’agenzia di valutazione indipendente delle organizzazioni di beneficenza negli Stati Uniti.

La Fondazione Rotary ha ottenuto il riconoscimento per aver dimostrato sia un solido stato di salute finanziaria che l’impegno per la responsabilità e la trasparenza. Solo l’1% delle organizzazioni valutate da Charity Navigator ha ricevuto 12 valutazioni consecutive con 4 stelle.

«Il raggiungimento del rating di 4 stelle indica che la Fondazione Rotary supera gli standard del settore e supera la maggior parte delle organizzazioni di beneficenza nella vostra area di lavoro», ha dichiarato Michael Thatcher, presidente e amministratore delegato di Charity Navigator. «Questa designazione eccezionale distingue la Fondazione dai suoi pari e dimostra al pubblico la sua affidabilità.»

Il rating riflette la valutazione di Charity Navigator su come la Fondazione impiega i fondi donati, sostiene i suoi programmi e servizi, e pratica la buona amministrazione e la trasparenza.

RI

## LA FONDATION ROTARY REÇOIT LA NOTE MAXIMALE DE CHARITY NAVIGATOR POUR LA 12<sup>E</sup> FOIS

La Fondation Rotary a récemment reçu pour la 12<sup>e</sup> année consécutive la note maximale, soit 4 étoiles, de Charity Navigator, un organisme indépendant américain d’évaluation des organisations caritatives. Elle fait partie d’un cercle restreint d’organisations (un pour cent du total) ayant connu une telle reconnaissance.

La Fondation a obtenu cette note pour avoir démontré sa solidité financière et son engagement envers la responsabilité et la transparence. « Cette note indique que la Fondation Rotary est au-dessus des normes dans son secteur d’activité et devance la concurrence, affirme Michael Thatcher, président et PDG de Charity Navigator. Cela souligne que la Fondation Rotary se distingue nettement de ces pairs et ô combien elle est digne de confiance.»

La note reflète l’évaluation de Charity Navigator de la manière dont notre Fondation utilise les dons, soutient ses programmes et ses actions, et pratique la bonne gouvernance et la transparence.

TOUR D'HORIZON

# LE TOUR DU MONDE EN 48 ACTIONS

## OUGANDA

Depuis 1999, le club Rotaract de l'université des sciences et de la technologie de Mbarara soutient les 40 élèves malvoyants de l'école primaire Sainte-Hélène. Les Rotaractiens ont organisé des fêtes de fin d'année et ont fait des dons de nourriture, d'articles de toilette et de fournitures scolaires dont du papier kraft bon marché pour les machines à écrire en braille. En 2018, le club a appris qu'il n'y avait que deux machines qui fonctionnaient correctement, deux autres tombaient en panne régulièrement et douze autres ne fonctionnaient plus du tout. Une nouvelle machine coûte au moins 800 dollars, mais par chance, le club a pu engager l'un des rares spécialistes ougandais qui en a remis quatorze machines.

## BOLIVIE

En mars, le club Interact de Rivera Frontera de la Paz s'est rendu sur une parcelle vide derrière le stade local pour enlever les ordures qui s'y étaient accumulées. Les quatorze lycéens du club ainsi que des rotariens de Rivera Fortín et Rivera Chico et des citoyens ont ratissé le terrain pendant cinq heures. Leur participation au défi #Trashtag – une initiative mondiale sur les réseaux sociaux visant à encourager les bénévoles à ramasser les ordures – a permis de remplir quinze grands sacs poubelles, explique Maria Rosano. « Ce n'était peut-être pas grand-chose, mais les petites choses peuvent avoir un fort impact. »

## ESPAGNE

Les membres du Rotary club d'Elche-Illice, leur famille et leurs amis ont fait une excursion dans la réserve naturelle d'El Hondo et au musée de l'école Pusol, tous deux soutenus financièrement par leur club. Cette visite a été aussi distrayante qu'éducative. « Surtout pour nos enfants, car ce sont des endroits merveilleux à visiter pour apprendre l'histoire de notre pays », affirme le rotarien Jesús Macario. Les 45 membres du club participent à une vingtaine d'actions chaque année. Parmi les efforts les plus récents, on peut citer l'achat d'une ambulance au Liban avec un club local et de l'aide à une école s'occupant d'enfants défavorisés.

## LIBAN

Par le biais de jeux de rôle et de dés, 120 élèves de deux écoles de Saïda ont stimulé leur empathie et leur esprit de coopération en développant un jeu axé sur les valeurs du Rotary. Le Rotary club de Saïda a dirigé cette action anti-harcèlement. Enseignants, élèves et Rotariens ont travaillé ensemble pour concevoir le jeu adapté aux élèves de sixième et de cinquième. A mi-chemin entre jeu de société et charades, le jeu met en scène des super-héros imaginés par les élèves. L'objectif est de « relever des défis en équipe tout en mettant à l'épreuve les compétences d'un artisan de la paix », explique Ghada Ayoub, présidente du club en charge de l'action.



# UNDE EN CINQ



## AUSTRALIE

Combinant compétition amicale et festivités, la Soggy Bottom Regatta Family Fun Day organisée par le Rotary club de Youngtown a permis de lever plus de 30 000 dollars au cours des trois dernières années. Cette année, plus de 200 concurrents ont fabriqué des bateaux et des pagaies en utilisant uniquement du carton et du ruban adhésif (ceux qui ne voulaient pas se mouiller pouvaient participer à une course à pied) ; ils se sont rencontrés sur le lac de Waverley Park. Des prix ont été décernés pour la créativité, l'esprit d'équipe, la tenue et le design, la taille des bateaux étant limitée à 1.50 m sur 2.40 m.

« Les enseignants, les parents, les entraîneurs, les enfants et les familles s'adressent continuellement aux membres de notre club et nous applaudissent pour cet événement innovateur et convivial pour les familles, affirme George Manifold, membre du club de Youngtown. »

Chaque année, une partie de l'argent collecté sert à financer la recherche en santé mentale, à offrir des bourses d'études aux étudiants en médecine et en soins infirmiers en milieu rural ou à des étudiants autochtones et à soutenir divers projets de recherche générale en santé. Le club a également utilisé une partie de cet argent pour acheter des pompes à insuline et financer des initiatives de santé mentale pour les jeunes.

📷 Brad Webber | 📷 shutterstock

# SOYEZ LES BIENVENUS



**NICOLE ZIEGLER**  
**RC AUGST AURICA**

\*15.12.1977  
Treuhand /  
Wirtschaftsprüfung

Dipl. Treuhandexpertin / Master of Advances Studies in Treuhand und Unternehmensberatung. Partnerin der Duttweiler Treuhand AG. Verheiratet, zwei Kinder. Hobbys: Tanzen, Reisen.



**CÉCILE WENDLING**  
**RC BIEL/BIENNE**

\*05.01.1991  
Rechtsanwältin

Studium Rechtswissenschaft Universität Bern. Anwaltspatent des Kantons Bern. Rechtsanwältin der Advokatur Wendling in Biel/Bienne. Stadträtin, Vizepräsidentin FDP Biel/Bienne. Vizepräsidentin Hauseigentümergeverband Biel und Umgebung. Hobbys: Rudern, Tanzen.



**BEAT VALAULTA**  
**RC CHUR-HERRSCHAFT**

\*29.07.1974  
Versicherungsbroker

Mitinhhaber Godly & Partner AG, Versicherungsbroker in Chur. Verheiratet, Vater eines Sohnes und zweier Töchter. Hobbys: Mountainbike, Wassersportarten und Reisen.

50



**STEFANIE GLOOR**  
**RC BASEL SPALEN**

\*12.03.1986  
Branding / Design /  
Werbung

Nach Abschluss ihrer Ausbildung (MBA) hat sie die Werbe- und Designagentur «und moritz» gegründet und ist seit über 10 Jahren Inhaberin und Geschäftsführerin. Sie ist aktive Fasnächtlerin (Tambourin), reist gerne in ferne Länder und liebt guten Wein und tolles Essen mit ihren Freunden.



**MONIKA FEHR CALUORI**  
**RC CHUR-HERRSCHAFT**

\*10.07.1959  
Pharmazie

Apothekerin ETH/FPH, Präsidentin des Bündner Apothekerverbandes. Inhaberin der Steinbock Apotheke in Chur. Verheiratet, Mutter von drei Töchtern. Hobbys: Ballett, Sport, Lesen.



**SEREINA VENZIN**  
**RC CHUR-HERRSCHAFT**

\*18.08.1984  
Medien

Master in Psychologie, sei 13 Jahren TV-Journalistin. Seit mehreren Jahren im Zweitberuf als Psychologin im Bereich Psychische Gesundheit und Öffentlichkeitsarbeit tätig. Mit einer Vorliebe für die menschliche und Bündner Natur.



**MARKUS GERBER**  
**RC BIEL/BIENNE**

\*08.02.1961  
Non-Profit-  
Organisation

Dipl. Betriebsökonom FH und Dipl. Verbands-/NPO-Manager, Universität Freiburg. Seit 2009 Direktor der Stiftung Battenberg, seit 2019 Präsident von PluSport Behindertensport Schweiz. Alt Staatsbuchhalter des Kantons Bern. Verheiratet, drei Söhne. Hobbys: Familie, Reisen.



**PETRA KAMER**  
**RC CHUR-HERRSCHAFT**

\*22.08.1969  
Bank

MAS Bank Management, Vorsitzende der Bankleitung der Raiffeisenbank Bündner Rheintal. Verheiratet. Hobbys: Wandern, Golf, Skifahren.



**HENDRIK MEIER**  
**RC FORCH**

\*22.01.1980  
Medizin

Dr. med., Facharzt für Innere Medizin. Studium der Humanmedizin an der Johann Wolfgang Goethe-Universität Frankfurt am Main. Seit 2017 Tätigkeit als Hausarzt. Verheiratet, ein Kind. Hobbys: Familie, Reisen, gutes Essen, Segeln.



**PATRICK  
TARNUTZER**  
**RC FORCH**  
\*23.11.1978  
Bauleitung

Eidg. dipl. Bauleiter (HFP). Inhaber, Geschäftsführer bei P2 Bau GmbH – spezialisiert auf Wohnbauprojekte: von der Entwicklung bis zur Realisierung, vom Kleinprojekt bis zum Ausbau von Ökonomiebauten, vom Umbau bis zur Neubebauung.



**ANDREA  
MIOTTO**  
**RC MORGES**  
\*21.03.1983  
Ingénierie médicale

« Master in International Management » de HEC Paris, « Master in Business Administration » de l'Università Luigi Bocconi Milano. Membre de l'équipe de direction européenne d'Intuitive, leader du marché de la chirurgie mini-invasive assistée par robot, il est responsable des stratégies pour optimiser l'accès aux technologies médicales innovantes. Marié. Deux enfants. Hobbies : voyages, beaux-arts, cuisine.



**HANSPETER  
SCHWEIZER**  
**RC NECKERTAL**  
\*25.04.1962  
Bauleitung

Ausbildung als Zimmermann und Weiterbildung zum Eidg. dipl. Zimmerpolier. Ausbildung als Brandschutzfachmann VKF. Seit 2011 selbständiger Unternehmer. Gründung Baubüro Schweizer GmbH. Lebt in Hemberg, ist verheiratet und hat drei erwachsene Kinder. Aktiv in der Gemeindepolitik.



**LUC  
OESCH**  
**RC LAUSANNE**  
\*09.06.1979  
Association économique

Expert-comptable diplômé et Master HEC, Luc Oesch est membre de la direction du Centre patronal vaudois à Paudex, directeur des finances et des institutions de prévoyance. Marié, père de famille. Hobbie : régaté à voile.



**HANSJÖRG  
ILL**  
**RC NECKERTAL**  
\*15.08.1965  
Einkauf

Ausbildung als Müller und Müllereitechniker. Weiterbildung am IMD und Malikinstitut. Mehrjährige Auslandseinsätze als Projektleiter in Südafrika und Geschäftsführer in den USA. Seit 2017 Chef Einkauf bei einem Technologiekonzern in der Ostschweiz. Verheiratet. Ein Kind. Hobbys: Musik, Reisen.



**PATRICIA  
STOLZ**  
**RC NECKERTAL**  
\*16.01.1969  
Human Resources/  
Personalwesen

Nach der Tätigkeit als Leiterin Personalmanagement bei der Flawa AG arbeitet sie acht Jahre als Personalleiterin Huber+Suhner AG, seit 2015 Chief HR Officer und Mitglied der GL. Lebt seit 20 Jahren in fester Partnerschaft. Hobbys: Outdoorsport, Musik, Literatur.



**JONATHAN  
BROSSARD**  
**RC MORGES**  
\*04.08.1988  
Industrie de connecteurs

Bachelor en droit de l'université de Lausanne et Master en HEC. Il entre chez Fischer connectors en 2015 dont il est nommé CEO l'année suivante. Le siège social et le site de production sont à Saint-Prex: installations de montage de câble en Europe, Amérique du Nord et Asie-Pacifique. Loisirs : aviation en haute voltige, conduite automobile, ski, plongée, tir à l'arc. Marié. Un enfant.



**WERNER  
RASCHLE**  
**RC NECKERTAL**  
\*03.05.1971  
Treuhandwesen

Ausbildung zum Betriebswirtschafter HF an der Business School Zürich. Gründer Leichtathletikschule Toggenburg. Schulratspräsident seit 2009. Verheiratet, ein Kind. Hobbys: Familie, Garten, Sport, Reisen.



**GUILLAUME  
BONNET**  
**RC NEUCHÂTEL-  
VIEILLE-THIELLE**  
\*18.02.1985  
Chauffagiste

Licence professionnelle conduite de projet en thermique du bâtiment. Directeur/administrateur de JM Lambelet SA à Neuchâtel, entreprise active dans les domaines du chauffage, sanitaire, ventilation et climatisation. Marié, deux enfants. Loisirs : vélo, chasse, ski de fonds.



**BENJAMIN HUNZIKER**  
**RC OERLIKON**

\*02.10.1982  
Maler- und  
Gipsergewerbe

Eidg. dipl. Malermeister, seit 2008 Mitglied der GL und seit 2011 Partner bei Max Schweizer AG; CAS Unternehmensführung KMU an FH Nordwestschweiz. Vorstand bei Baugenossenschaft Vitasana in Zürich, seit 2019 Vizepräsident; Vorstand Gewerbeverein Zürich-Schwamendingen. Verheiratet, eine Tochter. Hobbys: Joggen, Tennis, Bike, Lesen, Architektur, Design und Kunst.



**NICOLAS DUTOIT**  
**RC PAYERNE**

\*03.12.1981  
Avocat

Avocat et Médiateur. Spécialisé dans le droit des affaires et la transmission d'entreprises. Également président, membre ou secrétaire de plusieurs conseils d'administration. Marié, deux enfants. Hobbys: Golf, VTT, piano et voyages.



**FRÉDÉRIC GILLIAND**  
**RC PAYERNE**

\*22.03.1968  
Menuisier-ébéniste

Titulaire de deux CFC, menuisier et ébéniste, il travaille seul comme artisan indépendant. Une expérience de plus de trente ans dans ce métier lui permet d'être polyvalent. Il est engagé dans plusieurs sociétés et associations locales. En couple. Un enfant. Hobbys: voyages, moto, le chant.



**CHRISTELLE LUISIER**  
**RC PAYERNE**

\*27.09.1974  
Avocate

Titulaire d'un brevet d'avocat, elle est aujourd'hui syndique de la Ville de Payerne, députée au Grand Conseil vaudois, et membre des comités directeurs de l'Union des communes vaudoises et des soins à domicile pour la région de la Broye-Vully. Deux enfants. Hobbys: balades, voyages.



**ESTHER MARIA STUDER**  
**RC RHEINFELDEN-FRICTAL**

\*08.05.1981  
Soziologie / Mediation

Inhaberin Studer Beratung und Konfliktlösung GmbH, Laufenburg. Verheiratet, ein Sohn. Hobbys: Lesen, Reiten, Reisen.



**JAVIER HORRACH**  
**BARTOLOMÉ**  
**RC SCHAFFHAUSEN**

\*14.12.1973  
Architektur

Lehre als Hochbauzeichner, Architekturstudium am Technikum Winterthur, Diplom als dipl. Architekt HTL, Inhaber und Geschäftsführer von Oechsli & Partner Architekten in Schaffhausen; Hobbys: Fussball und Orientierungslauf.



**TONY GERMINI**  
**RC SION-RHÔNE**

\*11.11.1974  
Intelligence artificielle

Directeur de CALYPS depuis 2011, il a plus de 20 ans d'expérience dans le domaine des données et de la technologie liée à la Business Intelligence (BI). Il conduit aujourd'hui CALYPS dans sa prochaine phase d'évolution et d'importance stratégique dans les technologies du Big Data et l'intelligence artificielle.



**JEAN-PAUL NIGRO**  
**RC SION-RHÔNE**

\*05.05.1965  
Bottier-Orthopédiste

Maîtrise fédérale de Maître cordonnier – bottier orthopédiste depuis 1990. Il exerce sa profession dans le commerce de chaussures et d'orthopédie fondé par son père. Marié. Deux enfants. Hobbys: football, dégustation de Vin du monde.



**RAHEL CUNZ**  
**RC WINTERTHUR**

\*18.06.1968  
Klassische Musik

Konzertmeisterin im Orchester Musikkollegium Winterthur. Lehrauftrag für zeitgenössische Violinliteratur an der Zürcher Hochschule der Künste. Mitglied im Solistenensemble Collegium Novum Zürich. Unterrichtet einer Violinklasse am Konservatorium Winterthur. Verheiratet.



**MARTIN GRAF**  
**RC WINTERTHUR**

\*22.03.1973  
Wirtschaftsprüfung

Dipl. Wirtschaftsprüfer. Partner und Mitinhaber der Consultive Revisions und Treuhand AG. Vorstandsmitglied der GWG Gemeinnützige Wohnbaugenossenschaft. Verheiratet, drei Kinder. Hobbys: Bergsteigen, Biken, Skifahren.

# IN MEMORIAM



**CLAUDIA  
GASSER**  
RC ZUG

\*19.02.1974

Wealth Management

Regionaldirektorin und Leiterin Wealth Management der Region Zentralschweiz bei der UBS. Davor verschiedene Führungsfunktionen bei UBS Global Wealth Management International. Bachelor in Wirtschaftswissenschaften. Verheiratet, zwei Kinder. Hobbys: Reisen, Lesen, Sport, Autos.



**ANDRÉ  
OCHSENBEIN**  
RC ZUGERLAND

\*08.11.1979

Medizin

Militärpilotenausbildung und Milizpilot auf Alouette 3 und Super Puma, Medizinstudium in Bern, Facharzt Ausbildung Augenheilkunde und seit 2014 selbständige Praxistätigkeit. Vater von zwei Kindern.



**MARTIN  
HAUSER**  
RC ZÜRICH-  
SIHTAL

\*22.08.1987

Sicherheitstechniker

Gelernter Elektroinstallateur, Alarmübertragungs PL bei Siemens, seit 2012 CEO Hauser Sicherheitssysteme AG mit fünf Angestellten und internationalen Tätigkeiten, leidenschaftlicher Pilot mit Spass an Kurzurlauben in ganz Europa.

## WALTER ZWALD-KELLENBERGER

1928–2019  
Berneck

## EUGEN MOSER

1927–2019  
Buchs SG

## GOTTFRIED RIEDER

1924–2019  
Endingen

## CHARLES ZUMWALD

1931–2019  
Fribourg

## UELI GLÄTTLI

1936–2019  
Horgen

## BARTHOLOMÉ SIMEON

1929–2019  
Lantsch/Lenz

## ARTHUR FIECHTER

1945–2019  
Neuchâtel

## TONI MICHEL

1949–2019  
Nidau

## HANS WIEDMER

1935–2019  
Sissach

## WOLFGANG WYDER

1931–2019  
Sursee

## FRITZ EGGIMANN

1936–2019  
Untersiggenthal

## RENÉ MARGUET

1927–2019  
Yverdon-les-Bains



Liste de textes de nécrologie\* / Übersicht Nachrufe\*:  
[rotary1980.ch](http://rotary1980.ch) / ...[1990.ch](http://1990.ch) / ...[2000.ch](http://2000.ch)

\*lisibles pour les membres enregistrés \*nur für eingeloggte Mitglieder

## AGENDA

# ROTARY HIGHLIGHTS

01.–03.11.2019	RYLA D 1980	Luzern
09.11.2019	Badener Ball-Nacht	Baden
09.11.2019	Rotary Uni D 1990	Payerne
09.11.2019	Halbjahreskonferenz D 2000	Liechtenstein
23.11.2019	Neurotarierseminar D 1980	Lenzburg
15.03.2020	Rotary Benefizkonzert	Luzern
21.03.2020	Höhlenraclette-Wettbewerb	Sargans
24.04.–02.05.20	ICC Studienreise Rumänien	Oltenien
06.–10.06.2020	Rotary Convention	Hawaii/USA
04.–18.07.2020	Swiss Mountain Adventure	Camp Martigny
12.–16.06.2021	Rotary Convention	Taipei/Taiwan
04.–08.06.2022	Rotary Convention	Houston/USA

## POLIOPLUS

### LES CHOCOLATS ET LE VACCIN CONTRE LA POLIO...

Nous, les Suisses, nous aimons notre chocolat. C'est notre passion nationale. Le Rotary, en partenariat avec Läderach Chocolatier, offre des chocolats Rotary PolioPlus exceptionnels, dont les profits de la vente seront versés au programme d'éradication de la polio.

Pour chaque boîte vendue, 20 respectivement 15 francs en faveur de PolioPlus. La Fondation Bill & Melinda Gates triple ce montant, soit 60 respectivement 45 francs. Chaque boîte vendue, ce sont 120 enfants (respectivement 90 enfants) protégés à vie contre la polio.

Comment puis je commander ?

Du 1<sup>er</sup> septembre au 15 décembre 2019  
auprès du Rotarien Oliver Rosenbauer  
rosenbauero@who.int  
079 500 65 36



## KONTAKTE

### ROTARY SERVICE CENTER

Montag bis Freitag, 08.00 bis 12.00  
und 13.30 bis 17.00 Uhr  
Waaggasse 5, 8001 Zürich  
T 043 299 66 25, info@rotary.ch

### DISTRIKTSSEKRETARIATE

**D 1980:** Rot. Désirée Allenspach  
Römerstrasse 73, 4114 Hofstetten  
T 061 721 48 23, dgsekretariat@diamond-office.ch

### D 1990:

Claire Neyroud  
Chemin de la Chiésaz 3, 1024 Ecublens  
T 076 387 76 50, claire.neyroud@metaphores.ch

### D 2000:

Rot. Ursula Gervasi  
Burkardusstr. 35, 5632 Buttwil  
T 056 426 50 58, secretary@rotary2000.ch

## IMPRESSUM

### ROTARY SUISSE LIECHTENSTEIN

94. Jahrgang, Nr. 4, November 2019  
Monatszeitschrift für die Mitglieder der Rotary Clubs  
in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein

### CHEFREDAKTION

Rot. Verena Maria Amersbach (vma)  
Waaggasse 5, 8001 Zürich  
M 078 911 78 40, verena.amersbach@rotary.ch

### DISTRIKTSKORRESPONDENTEN

**D 1980 (it):** Rot. Marco Strazzi (ms)  
T +41 79 254 45 54, pressision.ch@gmail.com

**D 1990 (de):** Rot. Hanspeter Kleiner (kl)  
T 031 901 12 66, hanspeter.kleiner@rotary.ch

**D 1990 (fr):** Rot. Alexandre Jacques (aj)  
M 077 252 23 99, alexandre.jacques@rotary.ch

**D 2000:** Rot. Birgit Schellmann Straub (bss)  
M 076 602 82 21, birgit.schellmannstraub@rotary.ch

### ANZEIGENLEITUNG UND INSERATE

INVEA GmbH, Sandro Mandelz  
Durisolstrasse 11, 5612 Villmergen  
T 056 622 10 01, medien@rotary.ch  
Inseratetarif siehe www.rotary.ch

### HERAUSGEBER

Verein Rotary Medien Schweiz/Liechtenstein, Zug  
Präsident: Rot. Christophe Leuenberger Verzasconi

### LAYOUT UND PRODUKTION

Yasmin Mandelz, ymandelz@icloud.com

### AUFLAGE UND DRUCK

13300 Expl, Multicolor Print AG, 6341 Baar

### BILDER DIESER AUSGABE

RI, iStockphoto, privat

### REDAKTIONSSCHLUSS

Jeweils 15. des Vormonats



**GO ON**  
STEP BY STEP

## CONTINUER

Afin d'aller droit au but. Nous regroupons l'informatique, la téléphonie IP, les télécommunications et l'outsourcing afin d'obtenir des solutions intelligentes. Suivez-nous.

Nous progressons – STEP BY STEP – de manière sûre en direction du but.

T&N AG

Dietlikon

Zurich

Frauenfeld

Olten

Bâle

Sursee

Bussigny

Tél. +41 44 835 36 36  
info@tn-ict.com  
www.tn-ict.com

**T&N**

T&N GmbH

Vienne

Traun

Innsbruck

Graz

Klagenfurt

IT & COMMUNICATION SOLUTIONS

# Enfants.

# Avenir.



# Dispositions prises.

Assurer l'avenir de sa famille, c'est simple.  
Vous connaissez vos besoins, nous avons la solution.

**simple. clair. helvetia**   
Votre assureur suisse

**Faites-vous  
conseiller!**

