

# gewagt



## It's a match

Wenn die eigenen Stärken, Werte und das Umfeld miteinander im Einklang sind



40 Jahre GEWA ist mehr als eine Zahl. Sie stehen für Wege, die sich gekreuzt haben, für Begegnungen, die kein Zufall waren, und für Momente, in denen es einfach «gematcht» hat. Wenn wir heute zurückblicken, tun wir das mit tiefer Dankbarkeit. Für offene Türen, für vorbereitete Werke und für das Vertrauen, Schritt für Schritt gehen zu dürfen, auch wenn der nächste noch nicht sichtbar war.

Mut gehörte von Anfang an dazu: der Mut, Entscheidungen zu treffen, Menschen zusammenzubringen und Neues zu wagen. Viele dieser Verbindungen tragen bis heute. Sie erinnern uns daran, dass Wachstum nicht gemacht, sondern geschenkt wird. Dieses Jubiläum ist deshalb kein Rückblick, sondern ein Innehalten voller Dank, voller Zuversicht und voller Erwartung auf weitere Begegnungen, auf neue Matches und auf den Mut, auch morgen noch gewagt zu sein.

*Thomas Harnisch, CEO*

## Nicht perfekt, aber stimmig

Wann fühlt sich etwas wirklich stimmig an? Wenn Entscheidungen nicht nur sinnvoll erscheinen, sondern sich auch richtig anfühlen. Wenn Tempo, Erwartungen und innere Bedürfnisse zusammenpassen. In dieser Ausgabe gehen wir der Frage nach, was Passung im Leben bedeutet – in Beziehungen, im Beruf, im Umgang mit sich selbst. Es geht um das feine Gespür für Grenzen, um Kurswechsel und darum, nicht alles möglich zu machen, sondern das Richtige. Nicht perfekt. Aber stimmig.

Wir sprechen mit Marco Zaugg, der erklärt, wie Menschen erkennen, was wirklich zu ihnen passt, und wie sie den nächsten Schritt wagen können. Danach erzählt Jaël Malli, warum es so wichtig ist, auf das eigene Bauchgefühl zu hören, und berichtet von Wendepunkten, die ihr helfen, sich selbst treu zu bleiben. Und im Mitarbeitendenporträt stellen wir Oyunchimeg Vangan vor, die mit ihren Kindern aus der Mongolei in die Schweiz kam und nach vielen Herausforderungen in der Technischen Montage der GEWA eine neue berufliche Perspektive gefunden hat.

*Autorin: Esther Wyler*



## Inhaltsverzeichnis

- 6 **Thema It's a match**  
Interview mit Marco Zaugg
- 12 **Politik und Gesellschaft**  
Interview mit Jaël Malli
- 16 **Jubiläum**  
40 Jahre GEWA
- 18 **Mitarbeitendenplattform**  
Wie ging es weiter?
- 21 **Kolumne**  
von Michael Hug
- 22 **Mitarbeitendenporträt**  
Oyunas bewegende Geschichte
- 25 **Dienstleistung**  
Zusammenarbeit GEWA und IV
- 28 **Nachhaltigkeitsbericht 2025**
- 30 **News aus der GEWA**
- 32 **Schlusspunkt**  
von Stefanie Heinzmann

Das «gewagt» ist auf **umweltverträglichem** Papier gedruckt. Möchten Sie es in **digitaler Form** erhalten, dann melden Sie sich unter: [kommunikation@gewa.ch](mailto:kommunikation@gewa.ch) oder gehen Sie auf: [gewa.ch/ueber-uns/magazin](http://gewa.ch/ueber-uns/magazin)

### Impressum

Herausgeberin: GEWA

Redaktionsleitung: Adriana Niklaus

Redaktionsteam: Fabienne Gilliéron, Thomas Harnisch, Luca Spiller, Adriana Niklaus, Esther Wyler

Titelbild: Nero Pulfer

Bilder: Marco Raho (Seiten 2, 6–10, 13–14), Kateryna Hliznitsova (Seite 3), Luca Spiller (Seite 11), Archivmaterial (Seite 16–17), Nero Pulver & Denis Witschi (Seite 17–20), Stefania Aquilino (Seite 22), Isabelle Mühlemann (Seite 23), Adriana Niklaus (Seite 30), Fabienne Gilleron (Seite 31), Stefan Wäfler (Seite 31), Maximilian König (Seite 32)

Layout: Stefania Aquilino

Druck: Jordi AG, Belp

Erscheinungsweise: zweimal jährlich

Auflage: 6000 Exemplare

Kontakt: Bestellungen (gratis), Adressänderungen, Abbestellungen und Rückmeldungen an [service@gewa.ch](mailto:service@gewa.ch) oder an 031 919 13 13

GEWA

Alpenstrasse 58 | 3052 Zollikofen  
[info@gewa.ch](mailto:info@gewa.ch) | Telefon 031 919 13 13



6

### In Bewegung, bis es passt

Marco Zaugg, Coach und Prozessbegleiter, zeigt, wie man Klarheit gewinnt, Talente erkennt und berufliche Wege stimmig gestaltet.



24

### It's a match

Wie ein Zufallstreffen zur Gründung der GEWA führte: Eine entscheidende Begegnung mit grosser Wirkung.



12

### Das Leben spüren, statt nur zu funktionieren

Jaël Malli, Musikerin und zweifache Mutter, spricht offen über Erschöpfung, Verletzlichkeit und innere Grenzen.



16

### 40 Jahre GEWA

Seit 40 Jahren schafft die GEWA Perspektiven für Menschen, die psychisch besonders herausgefordert sind. Ein Stiftungszweck, der aktueller ist denn je.



22

### Oyunas bewegende Geschichte

Als Immigrantin erlitt Oyuna viel Leid und Demütigung. Mutig und tapfer stand sie immer wieder auf.



25

### Zusammenarbeit GEWA und IV

Die GEWA, die Invalidenversicherung (IV) des Kantons Bern und die Betroffenen haben dasselbe Ziel: eine nachhaltige Rückkehr in den allgemeinen Arbeitsmarkt.

EIN INTERVIEW MIT MARCO ZAUGG, COACH UND PROZESSBEGLEITER

## Ins Handeln kommen

Marco Zaugg ist Coach und Prozessbegleiter – er unterstützt Menschen dabei, Klarheit und Handlungskraft zu gewinnen, wenn Unsicherheit, Ängste oder Blockaden lähmen. Im Gespräch erklärt er, wie Selbstbeobachtung und kleine Schritte helfen, eigene Talente, Stärken und Werte zu erkennen, berufliche und persönliche Wege stimmig zu gestalten, aus Krisen Chancen zu machen und ins Handeln zu kommen, statt auf das perfekte Ziel zu warten.

### ***Woran spüren Sie, dass etwas für Sie stimmt – im Beruf, im Leben oder in der Arbeit mit Menschen?***

Für mich hat Stimmigkeit viel mit dem «Bei-mir-Sein» zu tun – im Kontakt mit mir selbst, körperlich, emotional und gedanklich. Ich spüre sie dort, wo ich meinen Impulsen folge und offen bleibe für das, was sich zeigt.

Es gibt dieses schöne Wort «Zu-fälle» – Dinge, die einem zufallen. Oft sind es Dinge, die aus Offenheit heraus entstehen. Wenn ich meinen Impulsen folge, fühle ich mich hinterher meist bestätigt und inspiriert.

– durch Frust, innere Unruhe oder das Gefühl, ständig gegen sich selbst zu arbeiten. All das kann uns in eine Veränderung stossen. Manchmal zieht uns auch eine Vision oder ein Traum. Nicht selten wirkt beides gleichzeitig: Man wird geschoben und gezogen. Manchmal liegt es nicht an der Arbeit selbst, sondern an der Zusammenarbeit im Team und mit Vorgesetzten. Wenn sich das nicht verbessern lässt, braucht es Ehrlichkeit, um zu erkennen: Die Zeit für einen Wechsel ist gekommen. Entscheidend ist, ins Handeln zu kommen – Gespräche führen, sich bewerben und Dinge ausprobieren. Was passt, zeigt sich oft erst in der Bewegung.

MARCO ZAUGG

### ***Wie helfen Sie Menschen, die von Unsicherheit, Ängsten oder Blockaden gelähmt sind, wieder Klarheit und Handlungskraft zu gewinnen?***

Am Anfang steht die Selbstbeobachtung: wahrzunehmen, was Energie gibt, was Kraft kostet und wo Ängste oder Blockaden auftauchen. So werden Muster, innere Einstellungen und Glaubenssätze sichtbar – etwa, wo wir mutig sind und wo wir ausweichen und wichtige Dinge dauernd vor uns herschieben. Darauf aufbauend klären wir, was sich konkret verändern soll und woran man merkt, dass etwas in Bewegung kommt. Kleine, realistische Schritte sind dabei zentral – sie geben Orientierung und helfen, wieder ins Handeln zu kommen.

Ich arbeite nicht mit fertigen Lösungen. Oft zeigt

**«Viele beginnen mit der Frage:  
Was kann ich überhaupt?  
Hilfreicher ist eher:  
Was liegt mir? Welche Stärken  
und Talente habe ich?»**

### ***Wie erkennen Menschen, dass ein Job oder ein Umfeld nicht mehr zu ihnen passt?***

Häufig zeigt sich früh, dass etwas nicht mehr stimmt

Marco Zaugg: «Für mich hat Stimmigkeit viel mit dem «Bei-mir-Sein» zu tun – im Kontakt mit mir selbst, körperlich, emotional und gedanklich.»

sich erst im Tun, was wirklich passt. Manchmal kann auch eine Weiterbildung oder ein Kurs ein Katalysator sein – vor allem durch die Menschen und Impulse, die neue Perspektiven eröffnen und den nächsten Schritt erleichtern.

**Welche Rolle spielen persönliche Werte, Stärken und Talente bei der beruflichen Orientierung – und warum werden sie so oft übersehen?**

Viele beginnen mit der Frage: «Was kann ich überhaupt?» Hilfreicher ist eher: «Was liegt mir? Welche Stärken und Talente habe ich?» Talente zeigen sich dort, wo etwas mühelos gelingt – oft werden sie deshalb unterschätzt. Andere bewundern es, wir selbst halten es für selbstverständlich.

Das hängt auch mit Prägung zusammen: Wir sind alle stark von Eltern, Bezugspersonen oder gesellschaftlichen Erwartungen beeinflusst, frühe Zuschreibungen wie «Du bist nicht kreativ» verdecken Begabungen.

Zur Orientierung gehören auch die eigenen Interessen: Wo zieht es mich hin? Erst danach zählen Qualifikationen, ggf. sind Weiterbildung oder neue Lernschritte nötig.

Ebenso zentral sind persönliche Werte: Stimmen sie nicht mit dem Umfeld überein, entsteht Frust – nicht wegen der Arbeit selbst, sondern weil wir innerlich nicht hinter dem stehen, was wir tun. Solche Wertkonflikte lösen oft eine Neuorientierung aus.

**Wie können berufliche Krisen als Chance für neue Wege genutzt werden?**

Viele verbinden «Krise» zunächst mit Negativem – Frust oder Verlust. Dabei liegt viel Potenzial darin. Das Wort «krisis» bedeutet wörtlich «Entscheidung» oder «Wendepunkt» – ein Moment, in dem etwas nicht mehr wie bisher weitergehen kann. Auch im Chinesischen wird Krise als Kombination aus «Risiko» und «Chance» verstanden: Beides gehört zusammen.

Zunächst reagieren Menschen meistens ablehnend oder suchen Schuldige. Erst wenn die Situation akzeptiert wird, eröffnen sich neue Möglichkeiten: Versuche ich, aktiv zu gestalten, oder gehe ich neue Wege? Krisen eröffnen immer auch Chancen, – beruflich wie persönlich.

**Wie beeinflussen Stress und psychische Belastungen unsere Entscheidungsfähigkeit – auch bei Menschen, die ihren Job grundsätzlich mögen?**

Stress schränkt die Entscheidungsfähigkeit stark ein. In belastenden Situationen geraten wir in den Überlebensmodus – Angriff, Rückzug oder Erstarrung – und kreatives Denken geht verloren. Innere Antreiber wie Perfektionismus oder der Wunsch, es allen recht zu machen, verstärken das zusätzlich. Viele, die ihren Job mögen, überfordern sich dabei selbst, sagen selten Nein und merken oft erst spät, wie erschöpft sie sind.

MARCO ZAUGG

**«Alles beginnt mit Selbsterkenntnis: wahrzunehmen, was uns guttut, Energie gibt oder raubt.»**

Entscheidend ist deshalb der bewusste Umgang mit Stress. Wer lernt, sich auch bei Unsicherheit und Ängsten selbst gut zuzureden, kann kleine Schritte gehen – etwa ein schwieriges Gespräch führen – und so wieder Handlungsspielraum und Orientierung gewinnen.

**Welche positiven Kompetenzen zeigen Menschen trotz oder gerade durch psychische Herausforderungen – und wie profitieren Teams davon?**

Jeder Mensch erlebt Phasen im Leben, in denen er psychisch herausgefordert ist – nicht jeder in der gleichen Intensität. Wer solche Phasen durchlebt, entwickelt oft Fähigkeiten, die in Teams besonders wertvoll sind: für sich einzustehen, Grenzen zu erkennen, Selbstfürsorge zu üben und bewusst mit Belastungen umzugehen. Diese Kompetenzen werden im Alltag leicht übersehen.

Wenn solche Menschen Teil eines Teams sind, spürt man oft den Unterschied: Das Klima wird offener, empathischer und rücksichtsvoller. Gespräche über

Belastungen und Überforderung werden selbstverständlicher, Tabus werden abgebaut, und das Klima im Team wird insgesamt offener.

**Wenn Sie auf Ihre eigene Arbeit zurückblicken: Welche Erfahrungen oder Erkenntnisse helfen Menschen am meisten, um beruflich und persönlich das zu finden, was wirklich passt?**

Alles beginnt mit Selbsterkenntnis: wahrzunehmen, was uns guttut, Energie gibt oder raubt. Mut ist dabei zentral – den Mut, für die eigenen Bedürfnisse einzustehen, Dinge anzusprechen und sich anderen zuzumuten, so wie wir sind. Rückschläge liefern ebenfalls Hinweise auf den eigenen Weg. Genauso wichtig ist, im Einklang mit uns zu handeln. Wer sich verbiegt, wird langfristig unzufrieden sein, selbst wenn eine Stelle äusserlich attraktiv wirkt.

Praktisch hilfreich ist die «Try-and-Error-Haltung»: ausprobieren, Risiken eingehen und aus Fehlern

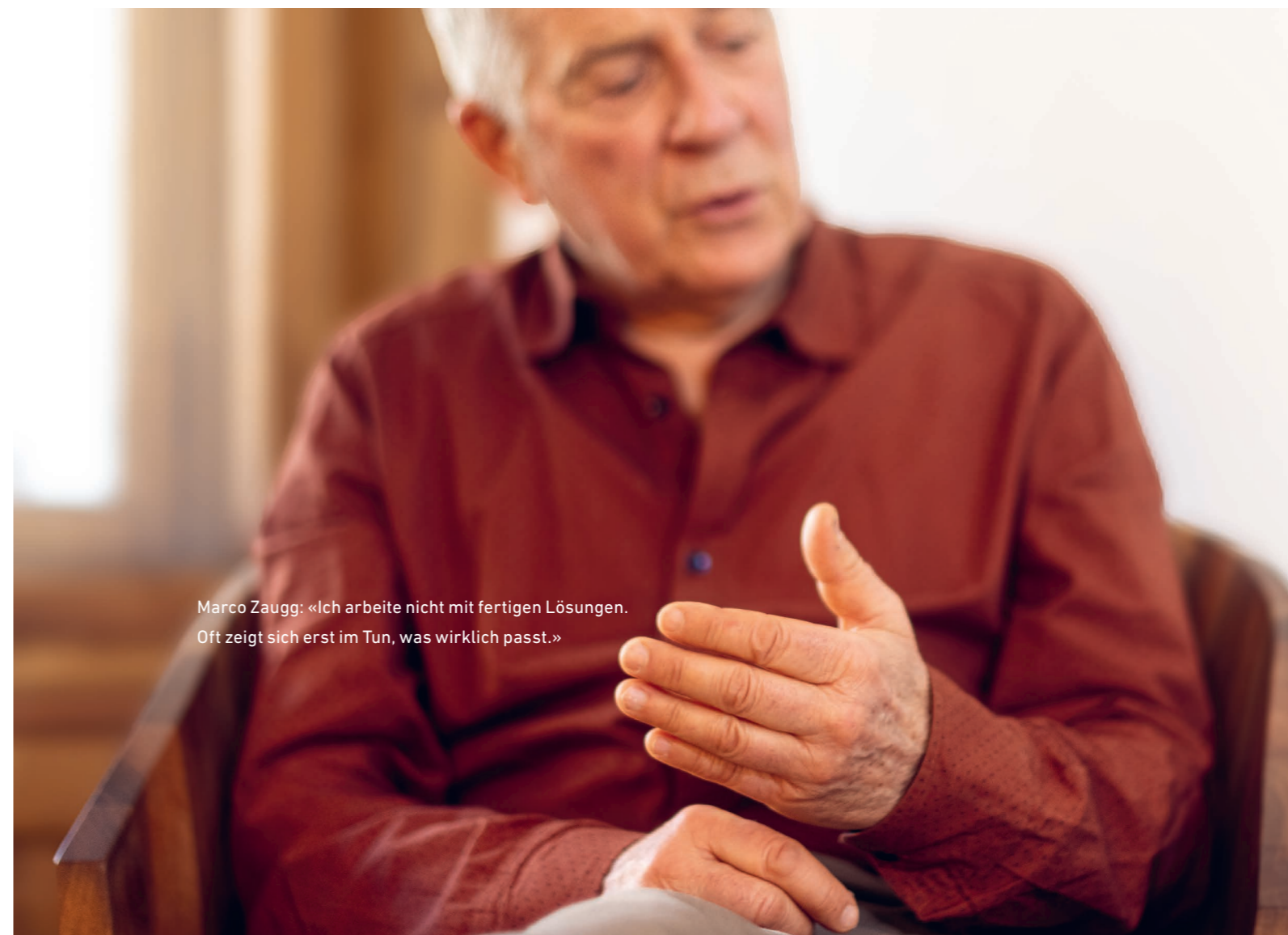
lernen. Schritt für Schritt zeigt sich, was funktioniert. Diese Haltung fördert Flexibilität, Experimentierfreude und Mut – und bringt Menschen ins Handeln, statt auf das perfekte Ziel zu warten.

**War der Wechsel zum Coaching für Sie selbst eine solche Neuorientierung?**

Ja, auf jeden Fall. Ich habe sehr lange beim Bundesamt für Umwelt gearbeitet, zuletzt in leitender Funktion. Mit Mitte 40 begann sich bei mir etwas zu verändern – zunächst ohne bewussten Entscheid zur Neuorientierung.

MARCO ZAUGG

**«Krisen eröffnen immer auch Chancen, – beruflich wie persönlich.»**



Marco Zaugg: «Ich arbeite nicht mit fertigen Lösungen. Oft zeigt sich erst im Tun, was wirklich passt.»

Rückblickend weiss ich: Neuorientierung beginnt oft leise, über Interessen, Impulse und kleine Schritte, lange bevor man sie beim Namen nennen kann. Bei mir zeigte sich das zunächst im Wunsch nach mehr Raum und im Ausprobieren neuer Dinge. Ein Seminar über Entscheidungsprozesse führte schliesslich zu einer Standortbestimmung, die mir klar machte: «Meine Zeit beim Bundesamt ist vorbei.» Ich entschied mich dann bewusst für eine fundierte Ausbildung zum Coach. Es war kein abrupter Schnitt, sondern ein Weg, der sich aus kleinen, bewussten Schritten entwickelt hat.

Autorin: Esther Wyler

ZUR PERSON:

**MARCO ZAUGG** (1954) studierte Recht an der Universität Bern und erwarb das Rechtsanwaltspatent. Nach Stationen im EDA, Journalismus und langjähriger Tätigkeit beim BAFU gründete er 2002 seine eigene Praxis als Coach. Seine Schwerpunkte sind neben Laufbahn/Neuorientierung auch Umgang mit Stress/Burn-out-Prävention, Führung/Leadership, Selbstvertrauen/Selbstbewusstsein, Konflikte/Krisen, Arbeitstechnik und Kommunikation. Zaugg ist geschieden, Vater von zwei erwachsenen Söhnen und lebt in Bern.

Weitere Informationen:  
> [www.marcozaugg.ch](http://www.marcozaugg.ch)

Marco Zaugg:

«Praktisch hilfreich ist die <Try-and-Error-Haltung>: ausprobieren, Risiken eingehen und aus Fehlern lernen. Schritt für Schritt zeigt sich, was funktioniert.»



GEWA FÖRDERVEREIN

## Du kannst Leben verändern

Manchmal wirft das Leben Menschen aus der Bahn – durch eine psychische Erkrankung oder eine plötzliche Krise. Genau dann ist schnelle und menschliche Hilfe entscheidend. Der Förderverein springt dort ein, wo andere Hilfen fehlen. Direkt, unbürokratisch und wirksam.

Geschichten, die berühren – Hilfe, die der Förderverein möglich macht.



Jürg Scheuner lebt seit 21 Jahren mit Multipler Sklerose. Bei der GEWA fand er einen angepassten Arbeitsplatz und neue Stabilität. Die vom Förderverein ermöglichte Ausbildung zum Peer eröffnet ihm heute die Möglichkeit, andere Betroffene professionell zu begleiten.



Sina lebt mit Epilepsie und liess sich dennoch nicht entmutigen. Dank eines angepassten Arbeitsplatzes bei der GEWA und der durch den Förderverein ermöglichten myPeer-Ausbildung fand sie neue Stabilität und eine sinnstiftende Aufgabe. Ihre Geschichte zeigt, wie gezielte Förderung Zuversicht schafft und Entwicklung ermöglicht.



Jetzt spenden – jede Spende erzählt eine Geschichte von neuer Hoffnung.

Spendenkonto:  
IBAN CH34 0630 0016 6538 6190 1  
GEWA Förderverein  
3052 Zollikofen

Jetzt mit TWINT spenden!

-  QR-Code mit der TWINT App scannen
-  Betrag und Spende bestätigen



Weitere Informationen:  
> [www.gewa.ch/förderverein](http://www.gewa.ch/förderverein)

EIN INTERVIEW MIT JAËL MALLI, SÄNGERIN, MUSIKERIN UND SONGWRITERIN

## Das Leben spüren, statt nur zu funktionieren

Jaël Malli ist Musikerin, zweifache Mutter, Person des öffentlichen Lebens – und jemand, der offen über Erschöpfung, Verletzlichkeit und innere Grenzen spricht. In einer Zeit, in der vieles gleichzeitig Aufmerksamkeit fordert, stellt sie immer wieder die Frage nach Stimmigkeit: Was passt zu mir? Was nährt mich – und was nicht mehr? Jaël Malli spricht über innere Signale, Wendepunkte im Leben und darüber, wie es gelingen kann, bei all den Rollen und Erwartungen nicht sich selbst zu verlieren.

**Hallo Jaël! Heute Morgen hast du unseren Treffpunkt kurzfristig verlegt, weil es zu Hause gerade nicht passte. Was hilft dir, in solchen Momenten zu entscheiden: Was braucht jetzt meine Energie – und was darf warten?**

Das ist tatsächlich ein sehr gutes Beispiel. Ich merke immer deutlicher, wie stark meine Generation und die Generationen vor mir zum Funktionieren erzogen wurden – stark sein, nicht jammern, alles selbst schaffen. «Gring ache u seckle.» Gleichzeitig bin ich heute Mutter – mit dem Wissen, dass Kinder nicht funktionieren müssen, sondern grosse Gefühle mitsamt Gefühlsausbrüchen haben dürfen und nicht wie früher Ignoranz gepredigt wird, sondern

erkannt wird, dass sie Begleitung brauchen. Daraus entsteht ein innerer Konflikt: Ich bin mir gegenüber immer noch streng, will es aber meinen Kindern gegenüber bewusst anders machen. Der Druck dabei ist gross – perfekt sein, beruflich erfolgreich, zu Hause alles im Griff. Und bitte alles mit einem Lächeln dazu. Die Abstriche passieren dann oft bei der eigenen Gesundheit, weil es schlicht nicht machbar ist.

Genau deshalb frage ich mich heute sehr bewusst: Was ist gut für mich – und was nicht? Wo geht etwas gerade, und wo nicht? Auch heute Morgen. Nicht aus Schwäche, sondern aus Verantwortung mir selbst und meiner Familie gegenüber.

**Wie gehst du damit um, wenn der Tag beginnt und schon viel auf dich zukommt?**

Seit meiner Kur habe ich mir bewusst gemacht, dass mir im Moment vor allem eines hilft: die Dinge nacheinander zu denken und zu erledigen. Ich stehe nicht auf und denke sofort an alles, was ansteht. Stattdessen beginne ich die ersten Minuten des Morgens gemeinsam mit meiner Familie. Wir starten zusammen in den Tag.

Später schaue ich, was steht heute an und da fällt mir auf: Die Wohnung ist nicht aufgeräumt. Früher hätte ich wahrscheinlich versucht, noch schnell alles

JAËL MALLI

«Genau deshalb frage ich mich heute sehr bewusst: Was ist gut für mich – und was nicht? Wo geht etwas gerade, und wo nicht?»



ZUR PERSON:

**JAËL MALLI** (1979) ist eine Schweizer Sängerin, Musikerin und Songwriterin. Von 1998 bis 2013 war sie Leadsängerin der Band Lunik, mit der sie in der Schweiz Gold- und Platinauszeichnungen erhielt. Nach der Auflösung startete sie ihre Solokarriere und veröffentlichte zwischen 2015 und 2024 mehrere Soloalben. Seit März 2026 tourt Jaël wieder mit Lunik und kehrt damit, nach über zehn Jahren, in dieser Formation auf die Bühne zurück. Sie lebt mit ihrem Mann und zwei Kindern in Bern.

Weitere Informationen:

> [jaelmusic.ch](https://jaelmusic.ch)  
> [lunik.com](https://lunik.com)

perfekt hinzuschmettern. Heute treffe ich eine andere Entscheidung: Ich verschiebe den Treffpunkt und entscheide mich für meine Gesundheit. Ich sage mir: «Durchatmen, es geht auch anders.»

Natürlich meldet sich diese innere Stimme, die alles im Griff haben will. Aber ich lerne, ihr ruhig und verständnisvoll zu antworten – so, wie ich es bei meinen Liebsten tun würde. Ohne Vorwürfe.

Meine Kinder fordern mich, und zugleich lehren sie mich, achtsamer mit mir selbst zu sein. Denn eines ist klar: Man kann nicht an sieben verschiedenen Orten perfekt sein.

JAËL MALLI

**«Denn eines ist klar:  
Man kann nicht an sieben  
verschiedenen Orten  
perfekt sein.»**

**Wenn du auf dein Leben zurückblickst: Gab es Momente, in denen du ganz klar gespürt hast: «Ja, das ist stimmig. Hier bin ich richtig?»**

Das habe ich immer wieder erlebt – und manchmal eben auch nicht. Dieses Gefühl von «Jetzt stimmt es» ist für mich sehr momenthaft. Es sind Augenblicke von Stolz, Freude oder Verbundenheit, sei es in meiner Arbeit oder mit meinen Kindern.

Wenn etwas nicht stimmig ist, zeigt sich das bei mir weniger im Kopf als langsam schleichend im Körper. Er meldet sich mit Unruhe, Erschöpfung oder Widerstand. Lange habe ich diese Signale übergangen. Unser Bauchgefühl wurde uns ja eher abtrainiert – mit Dingen wie Aufessen über den eigenen Hunger hinaus, Lächeln und Nicken, auch wenn man nicht einverstanden ist, dieses «brav» sein, sich anpassen, was insbesondere früher uns Mädchen antrainiert wurde.

Heute arbeite ich deshalb bewusst daran, wieder hinzuhören, wenn der Körper reagiert. Nach meinem Burn-out ist das ein zentraler Teil meiner Selbstfürsorge geworden: mein Nervensystem zu regulieren, langsamer zu werden und diese feinen Signale ernst zu nehmen.



Jaël Malli: «Dieses Gefühl von «Jetzt stimmt es» ist für mich sehr momenthaft.»

**Was hilft dir heute ganz konkret, bei dir zu bleiben und rechtzeitig gegenzusteuern?**

Zum Beispiel ein sanftes Klopf-Ritual auf bestimmte Punkte am Körper – dabei geht es darum, Spannungen oder Stress loszulassen und wieder Ruhe zu finden. Auch einfache Erdungs- oder Atemübungen zwischendurch helfen mir manchmal. Entscheidend ist, dass ich es früh genug merke, ehe ich «auf Rot» schalte und das Nervensystem bereits komplett aus dem Gleichgewicht geraten ist. So kann ich mir selbst helfen. Ich habe am eigenen Leib erfahren: Wenn man zu lange auf Körpersignale nicht reagiert, geht irgendwann gar nichts mehr.

**Magst du erzählen, wie es dazu kam, dass gar nichts mehr ging?**

2017, vor der Geburt meines ersten Kindes, dachte ich noch: «Wenn mein Sohn da ist, geht er bald in die Kita, und ich mache wieder Musik.» Aber Eliah war ein Schreibaby – alles kam anders. Ich blieb ein Jahr zu Hause, es war körperlich und psychisch extrem herausfordernd: kaum Schlaf, gesundheitliche Probleme und das Gefühl, als Mutter komplett untauglich zu sein. Trotzdem veröffentlichte ich 2019 wieder ein Album und ging auf Tour.

Dann kam der Lockdown – rückblickend eine Art Rettung in dieser Phase. 2022 kam unsere Tochter Liala zur Welt, und ich stieg fast nahtlos wieder in Musik und Touren ein – ohne wirklich auf meinen Körper zu hören. Warnsignale wie Schwindel, Tinnitus, Übelkeit, Panikattacken und depressive Phasen habe ich lange ignoriert.

Im Frühling 2025 war ich dann so in einer Sackgasse gelandet, dass ich für einen Monat in die Casa Andrea Cristoforo in Ascona ging – ein anthroposophisch geprägtes Kurhaus. Die Signale meines Körpers ernst zu nehmen – früher hinzuhören und achtsamer mit mir selbst umzugehen –, daran arbeite ich seither sehr fest.

**Weshalb ist Musik so wichtig für dich?**

Musik bedeutet für mich mehr, als Songs zu singen – sie ist mein Weg, mein Leben zu erzählen, mit all seinen Licht- und Schattenseiten. Beim Schreiben dieser sehr persönlichen Lieder erlebe ich jedes Mal ein Stück Heilung, und das Feedback des Publikums zeigt mir, dass es auch andere berührt.

Da ich an meinen Solokonzerten die Lieder auch sehr persönlich ankündige, fast wie ein Tagebuch, das ich mit allen teile, ist es manchmal auch sehr schwer,

diese teilweise alten Themen immer wieder hervorzuholen und zu spüren. Nach der Kur änderte ich meine Ansagen auf «Es war einmal eine Frau ...» – eine kleine, aber wichtige Veränderung. Sie half mir, etwas Distanz zu den alten Wunden zu kreieren und dabei ich selbst zu bleiben. Musik erlaubt mir, meine Erfahrungen zu teilen und gleichzeitig anderen Raum zu geben, sich selbst darin wiederzufinden.

**Deine Auftritte sind weit mehr als blosses Singen – wie würdest du deine Performance beschreiben, und wie wirkt sie auf dich selbst?**

Irgendjemand hat einmal gesagt, meine Auftritte seien Energiearbeit – und das trifft es gut. Sie verlangen unglaubliche Präsenz und zehren auf Dauer sehr an den Kräften, besonders im Zusammenspiel von Bühne und Familienalltag, die in unterschiedlichen Takten funktionieren.

**Du bist aktuell wieder mit Lunik unterwegs – deiner früheren Band. Wie fühlt sich das für dich an?**

Im Moment passt alles sehr gut. Es ist schön, wieder gemeinsam unterwegs zu sein. Anfangs hatte ich Respekt: Die Shows sind grösser und eben auch etwas mehr «Show» – nicht so intim wie meine Soloauftritte, aber gerade das entlastet mich. Wir sind zu fünft, ich muss nicht alles allein tragen, und ich kann mich – obwohl auch hier die Texte natürlich sehr persönlich sind – ein Stück weit von meiner eigenen Geschichte lösen. Das tut mir gut.

Nach dieser Tour nehmen wir uns als Familie bewusst eine Auszeit und gehen für vier Monate nach Neuseeland. Was danach kommt, weiss ich noch nicht – und genau das fühlt sich im Moment richtig an.

**Wie fühlt es sich an?**

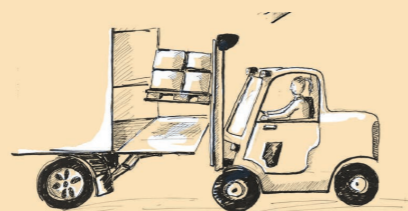
Einfach einmal bewusst «dazwischen zu hängen», ohne schon alles festlegen zu müssen. Ich habe viele Ideen, was nach dem Lunik-Jahr und unserer Neuseeland-Reise kommen könnte – und gerade das Offenlassen erscheint mir im Moment stimmig. Ich bleibe im Jetzt, geniesse die Zeit und vertraue darauf, dass sich der nächste Schritt von selbst zeigt. Wenn der Moment kommt, werde ich wissen, wie es weitergeht.

Autorin: Esther Wylar



JUBILÄUM

# 40 Jahre GEWA



Seit 1986 schaffen wir Perspektiven für Menschen, denen es aus psychischen Gründen momentan nicht oder nur teilweise möglich ist, die Anforderungen des allgemeinen Arbeitsmarkts zu erfüllen. Angesichts der wachsenden Betroffenheit durch psychische Herausforderungen ist der Stiftungszweck der GEWA aktueller denn je.

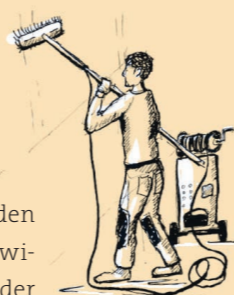
18% der Schweizer Bevölkerung sind durch psychische Probleme beeinträchtigt, schreibt das Bundesamt für Statistik (2022). Dabei hat sich in den letzten zehn Jahren insbesondere die Betroffenheit jugendlicher auf knapp ein Drittel erhöht. 8% der Schweizer Bevölkerung sind innerhalb eines Jahres infolge psychischer Probleme in Behandlung (BFS, 2022) und 52% der IV-Renten werden aufgrund psychischer Krankheiten gesprochen (IV-Statistik, 2025). Menschen mit psychischen Herausforderungen eine neue Perspektive zu bieten, ist wichtiger denn je. In der GEWA engagieren wir uns dafür, dass Menschen ihre Talente (wieder-)entdecken und einsetzen können, dass sie ihren Platz in der Arbeitswelt und auch in der Gesellschaft wiederfinden und neuen

Das erste Produkt, das die GEWA produzierte und vertrieb, waren diese Holzbuchstaben.



Selbstwert erlangen. Dabei hat sich der Fokus in den Jahren stark in Richtung Selbstwirksamkeit entwickelt, während in den Anfangszeiten der GEWA der Schutz der Betroffenen im Vordergrund stand. Sichtbar wird das an der Entwicklung des GEWA-Logos von der Schildkröte vor 40 Jahren, die mit ihrem Panzer für Schutz und Geborgenheit steht, hin zur Blüte von heute, die Entfaltung und persönliche Entwicklung symbolisiert. Wir möchten zutrauen, befähigen, begleiten, gemeinsam wagen, Perspektiven schaffen und dabei grosszügig, dankbar, wertschätzend, vertrauenswürdig, ehrlich, zuverlässig, kompetent, wirtschaftlich und kreativ sein: auf die nächsten 40 Jahre!

Martin Ryser, Gründer der GEWA, hielt selbst Schildkröten. Als Sinnbild für Schutz und Verletzlichkeit dienten sie als Motiv für das erste Logo.



Wussten Sie, dass die GEWA ...

... 1986 mit 25 Angestellten angefangen hat? Heute beschäftigt sie um die 1200 Personen. Davon arbeiten 335 Personen in Eingliederungsprogrammen, 550 Personen an einem angepassten Arbeitsplatz und 315 im Leitungsteam.

... entsprungen ist aus Martin L. Rysers privater Initiative, Menschen mit psychischen Herausforderungen nach einem Klinikaufenthalt einen Arbeitsplatz anzubieten und ihnen so einen Verdienst und soziale Teilhabe zu ermöglichen? Unterstützung bot ihm der Verein für Arbeitsbeschaffung (VfA).

... mit einer Schreinerei, die Holzspielwaren produzierte und vertrieb (siehe Foto), sowie dem noch heute bestehenden Gartenbau startete? Das erste Produkt waren Holzbuchstaben und die GEWA war die erste Institution in der Schweiz, die in der Holzbearbeitung eine CNC-Maschine einsetzte. Lernende von Holzbaubetrieben kamen jeweils in die GEWA, um diese zu besichtigen. Die Schreinerei wurde 2003 geschlossen.

... mit ihrer Abkürzung seit 2001 für «Gemeinsam WAgen» steht? Ursprünglich war GEWA die Kurzform für Verein Gewerbe- und Arbeitszentrum für psychisch Behinderte der Region Bern.

... seit 2006 ihren Hauptsitz an der Alpenstrasse 58 in Zollikofen hat? Bereits 4 Monate nach Besichtigung wurde das Gebäude bezogen. Vorher war sie an der Kirchlindachstrasse 98 in Zollikofen zuhause. 2012 kamen die Räumlichkeiten in Schönbühl dazu, seit 2023 an der Grubenstrasse 22.

... den Arbeitstag in den ersten Jahren immer mit einer bezahlten Pause in Angriff genommen hat?

... im Jahr 2007 mit 40 Leuten – ungefähr einem Drittel des damaligen Leitungsteams – für drei Tage in den Jura gefahren ist, um sich mit ihren Werten auseinanderzusetzen?

... dreimal eine andere Organisation übernommen hat? Einmal top: die Übernahme vom Holzspielzeughersteller TOK und zweimal flop: die Übernahme von «Rent-a-fleurs» im 2004, Liquidation im 2005



Das ganze Leitungsteam um 1990/1991.

und die Übernahme der Stiftung Pluspunkt im 2017, die unter dem Namen «Start-in» in die GEWA integriert wurde. Die Schliessung im Sommer 2019 zog bedauerlicherweise eine Massentlassung nach sich.

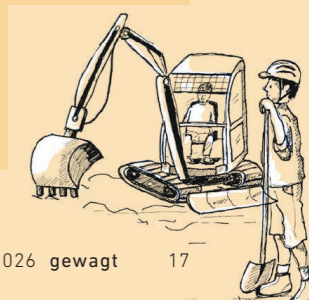
... mehrmals neue Formulierungen erarbeitet hat, um ihrer Zielgruppe besser gerecht zu werden und ihr Anliegen treffender auszudrücken? Beispiele sind die Bezeichnung «angepasster» anstelle von «geschützter» Arbeitsplatz oder «Menschen, die aus psychischen Gründen besonders herausgefordert sind» anstatt «psychisch Behinderte». Mittlerweile wurden diese Ausdrücke von einem Grossteil der Branche übernommen.

Autorin: Adriana Niklaus

EVENT

## TAG DER OFFENEN TÜR

Am **Samstag, 20 Juni 2026**, öffnen wir an der Grubenstrasse 22 in Schönbühl von **9.00 bis 17.00 Uhr** unsere Türen. Entdecken Sie, wie vielfältig berufliche Integration sein kann! Lassen Sie sich auf unserem Rundgang inspirieren und erleben Sie unsere Dienstleistungen, erfahren Sie mehr über psychische Gesundheit und geniessen Sie feines Essen, Musik und spannende Attraktionen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



JUBILÄUM

# 40 Jahre voller Geschichten

Seit 40 Jahren werden in der GEWA viele berührende Geschichten geschrieben. Das „gewagt“-Archiv ist voll von Geschichten, die bewusst machen, dass (psychische) Gesundheit keine Selbstverständlichkeit ist. Unsere Redaktorin Esther Wyler bewies grossen Mut und stand in ihrem Job für Gerechtigkeit ein. Lea Stuckenbrock schreibt über die Einsamkeit als ständigen Begleiter und Simon Lüthi gibt uns einen Einblick, was Glück für ihn bedeutet trotz MS-Diagnose. Die drei erzählen uns, wie es ihnen heute geht.

LEA STUCKENBROCK

## Achtung schwarzer Hund: Bitte nicht füttern!

Der schwarze Hund, also die Einsamkeit, wird wohl immer ein Teil von mir bleiben. Wichtig für mich ist nur, ihn in den falschen Momenten nicht zu füttern. Das heisst, wenn ich Einsamkeit verspüre und fühle, diesen Gefühlen nicht nachzugeben. Ich fühle mich vor allem noch einsam, wenn ich räumlich alleine bin. Mein Partner hilft mir sehr, mit diesem Gefühl umzugehen – auch weil er oft da ist. Das Wissen, dass dieses Gefühl nur eine Traumaantwort auf Erlebtes ist, hilft mir sehr, damit umzugehen. Wenn ich doch alleine bin, habe ich gelernt, mich und mein Gehirn zu beschäftigen. Ich habe mir das Häkeln beigebracht und bei innerer Anspannung putze ich oder singe zu lauter Musik. Mental geht es mir heute viel besser als vor ein paar Jahren. Ich komme gut mit vielen Gefühlen klar und habe meinen schwarzen Hund gut im Griff. Wichtig für mich ist einfach, immer positiv zu bleiben und mich aktiv vor einer depressiven Episode zu schützen. Ein Lichtblick ist ganz klar mein junger Hund Ozzy; mit seiner schmusigen Art ist er ein wahrer Held und hilft mir über den Verlust meines ersten Hundes Aris hinweg. Tägliches Rausgehen, im Wald spazieren und positiv bleiben helfen mir, in meinem Alltag mit meinen Herausforderungen umzugehen.



Heute hat Lea ihren schwarzen Hund gut im Griff: sie kommt mit vielen Gefühlen klar.

ESTHER WYLER

## Ein Alltag, der mich trägt

Psychisch herausfordernde Momente gehören für mich nach wie vor dazu. Ich habe gelernt, aktiv zu bleiben, ohne mich zu überfordern, achtsam mit mir umzugehen, meine Grenzen zu akzeptieren und mich immer wieder neu auszubalancieren. Auch wenn das Leben oft anstrengend ist, finde ich so einen Weg, stabil und ausgeglichen zu bleiben. Besonders verändert hat sich mein soziales Leben: Früher war ich oft allein, heute habe ich echte Freundschaften, die mir Halt und Freude geben. Ich lebe in einer Wohnung, in der ich mich zuhause fühle. Meine Hündin sorgt jeden Tag dafür, dass ich nach draussen komme, und das Fitnessstudio hilft mir, körperlich fit zu bleiben. Mein Leben ist vielleicht nicht spektakulär, aber reich an Beziehungen – und ich weiss heute besser, was mir guttut. Meine Zeit bei der GEWA verbinde ich mit guten Erinnerungen. Die Reintegration in den Arbeitsmarkt ist

zwar gescheitert, aber ich bin Menschen begegnet, die mir mit Respekt und Offenheit begegnet sind, und habe Wertschätzung für das erfahren, was ich einbringen konnte. Entscheidend war für mich das Gefühl, als Mensch wahrgenommen zu werden – nicht als Schlagzeile. Schreiben konnte ich schon immer, aber bei der GEWA habe ich etwas Neues entdeckt: Ich führte erstmals Interviews mit interessanten Personen, die anschliessend auf der Webseite oder im Magazin «gewagt» veröffentlicht wurden. Dieses Format war neu für mich und hat mir viel Freude bereitet. Auch heute noch, nach meiner Pensionierung, schreibe ich für die GEWA und das Magazin – Arbeit, die mir wichtig ist. Ja, ich fühle mich eingebunden, aber nicht in einem abstrakten gesellschaftlichen Sinn. Vieles an der Gesellschaft entspricht nicht meinen Werten, und ich muss nicht Teil von allem sein. Entscheidend waren für mich die Menschen, denen ich vertraue, meine engen Beziehungen und Aktivitäten, die mir Halt und Sinn geben.

Ihre Zeit in der GEWA verbindet Esther mit guten Erinnerungen.



SIMON LÜTHI

## Mit Zuversicht vorwärts

Es geht mir gut, ich bin dank verschiedenen Therapien gut unterwegs. Es sind heute mehr Therapien als noch zur Zeit des letzten Gesprächs, bei einem tieferen Arbeitspensum, damit alles nebeneinander Platz hat und ich genug Erholungszeit habe. Vor zwei Jahren habe ich während einer Intensiv-Reha realisiert, dass mich mehr Therapie und weniger Arbeit weiter bringt im Leben. Auch wenn ich eine IV-Rente beziehe, möchte ich am Arbeitsleben teilhaben: die Tagesstruktur, die sozialen Kontakte, die Teilhabe tun mir gut. Arbeit ist ein Bestandteil meines Lebens, der mich glücklich macht.

Der Verlauf der Krankheit ist eine grosse Unbekannte. Aber ich bin guten Mutes, dass ich mit den bestehenden Therapien meinen Zustand halten kann. Die Therapien machen mein Leben einfacher. So habe ich zum Beispiel, nachdem mir oft das Essen vom Besteck fiel und ich die Freude am Essen verlor, mit meiner Ergotherapeutin eine Gabel gefunden, die verformbar ist und gut in meiner Hand liegt und mit der das Essen viel einfacher ist für mich. So habe ich ganz viele Therapeuten, die mich unterstützen.

Eine weitere grosse Veränderung ist, dass ich einen Weg gefunden habe, wieder auf einem Velo unterwegs zu sein – obwohl ich im letzten Gespräch gesagt habe, ich hätte das Rennvelo an den Nagel gehängt. Ich bin jetzt mit einem Laufrad unterwegs, das mir das Velo feeling und damit ein grosses Stück Lebensqualität zurückgibt. Ich komme damit weiter als zu Fuss mit den Stöcken und kann mich trotzdem sitzend fortbewegen. Ich kann das Velo im ÖV transportieren und Ausflüge quer durch die Schweiz unternehmen.

Ein unvergessliches Erlebnis in den letzten Jahren war, dass ich mit einem Direktionsauto bei der Tour de Suisse mitfahren konnte. Damit ging ein Kindheitstraum von mir in Erfüllung. Ich war so nah dran wie kaum ein anderer und habe 195 Kilometer lang nur in jubelnde Gesichter geschaut – das war ein Wahnsinnserlebnis.

Durch die Plüschtiere an seinen Stöcken kommt Simon häufig mit anderen Leuten ins Gespräch.

Simons Geschichte  
aus dem Archiv



## It's a match

«It's a match» lautet das Motto des Jubiläumsjahres bei der GEWA. «Das passt», würde man in deutscher Sprache wohl sagen. Die englische Wendung beinhaltet mehr: Ein «Match» ist ein Treffer, dem etwas Schicksalhaftes, Überraschendes innewohnt. Man stellt sich vor, dass es funkelt und zischt, wenn es «matcht». Es ist ein unverhoffter Moment, in dem man erkennt, dass gerade etwas Besonderes passiert ist.

Das Motto passt zur heutigen GEWA. Und es passt auch zu ihrer Geburtsstunde vor 40 Jahren, die im wahrsten Sinn des Wortes ein «Match» war. In Bern betrieben sozial engagierte Bürger seit 1895 einen Verein, der sich darum bemühte, arbeitslosen Menschen eine sinnvolle Tätigkeit und eine Chance auf den beruflichen Wiedereinstieg zu verschaffen.

Der Verein führte zuerst eine Brockenstube, wie es die GEWA noch heute tut. Später betrieb er auch eine «Schreibstube für Stellenlose». Im Lauf der Jahre spezialisierte sich diese Schreibstube auf den Versand von Werbung. Als die Nachfrage nach dieser Dienstleistung immer grösser wurde, nannte sie sich Adressen- und Werbezentrale (AWZ). Und diese AWZ hat jahrzehntelang sorgfältig Adresslisten geführt und

vor allem in akribischer Kleinarbeit die früher öffentlichen Geburtsanzeigen ausgewertet. Das war lange eine unspektakuläre Fleissarbeit, bis in den 1980er-Jahren immer mehr Firmen ihre Werbebotschaften direkt an die Haushalte versandten. Nun sass die AWZ plötzlich auf einem wertvollen Schatz von Daten. Weil sie inzwischen auch das Alter der Menschen hinter den Postleitzahlen und Hausnummern kannte, war sie eine der Ersten, die Werbung gezielt an bestimmte Altersgruppen verschicken konnte. Aus der AWZ wurde ein üppig florierendes Unternehmen im Besitz des Vereins für Arbeitsbeschaffung.

Aber ein Verein, der grosse Gewinne schreibt, gerät über kurz oder lang ins Visier des Fiskus. Das wussten auch die Bürger im Vorstand. Also suchten sie nach einem neuen sozialen Projekt, mit dem sie ihre vollen Kassen wieder statutenkonform leeren konnten.

Das neue soziale Projekt erschien dem Verein für Arbeitsbeschaffung in der Person von Martin Ryser. Ryser, damals Leiter der Arbeitstherapie in der psychiatrischen Klinik Waldau, suchte nach Wegen, um psychisch beeinträchtigten Menschen ausserhalb des Klinikbetriebs eine sinnvolle Tätigkeit in einem geschützten Rahmen anzubieten.

Der Tag, an dem Martin Ryser und der Direktor der AWZ, René Bill, nach einer Informationsveranstaltung in der Waldau beim Mittagessen am selben Tisch sassen, war der entscheidende «Match». Bei dieser Begegnung zündete der Funke. Schon kurze Zeit später war das «Gewerbe- und Arbeitszentrum», kurz GEWA, gegründet. Das grosszügige Startkapital für die geschützte Werkstatt in Form einer Schreinerei in Zollikofen kam aus den Überschüssen der einstigen Schreibstube für Stellenlose. Heute ist die GEWA ein breit vernetztes sozialwirtschaftliches Unternehmen, das rund 1200 Menschen Arbeit gibt. So etwas nennt man nachhaltige soziale Arbeit – oder eben: einen «Match».

Autor: Michael Hug



Michael Hug, Journalist

# Oyunas Geschichte

Als alleinerziehende Mutter kam Oyunchimeg, kurz Oyuna, im Jahr 1999 mit ihren drei jüngeren Kindern aus der Mongolei in die Schweiz. Ihre Zwillingstöchter erhielten einen Auftrag als Zirkusartistinnen und Oyuna entschied, zum Wohl ihrer Kinder hierzubleiben. Als Immigrantin erlitt sie viel Leid und Demütigung. Mutig stand sie immer wieder auf und erfährt heute in der GEWA Selbstwirksamkeit und Annahme.

Im Oktober 1999 bin ich mit meinen Zwillingstöchtern (13) und meinem jüngsten Sohn (5) aus der Mongolei in die Schweiz gekommen. Die beiden Mädchen haben als Kontorsionistinnen (Schlangenfrauen) des mongolischen Staatszirkus aufgrund eines Bewerbungsvideos hier in der Schweiz einen Auftrag erhalten. Ich war damals schon geschieden und meine älteste Tochter blieb bei meiner Familie in der Mongolei. Mein Umfeld sah die Schweiz als grosse Chance für meine Kinder und für mich als alleinerziehende Mutter.

## Bleiben oder gehen

Abwechslungsweise beim Zirkus Olympia und beim Zirkus Starlight waren wir drei Jahre lang auf Tournee. Auch ich hatte Arbeit: ich habe Zirkusplakate gestaltet, Autos bemalt, Vorhänge und Kostüme für die Artist:innen genäht. Nach diesen drei Jahren, es war das Jahr 2002, wollte ich nachhause. Ich habe meine Heimat vermisst, meine Familie, meine Freunde. Meine Zirkuskolleg:innen haben mir geraten, meinen Kindern zuliebe hierzubleiben. Mein Sohn war jetzt 8 Jahre alt, die Zwillinge 16. Sie besuchten eine Sprachschule in Bern und mein Sohn kam in die erste Klasse. Meine älteste Tochter in der Mongolei war mittlerweile 18 Jahre alt.

## Umzug ins Oberland

Wir zogen nach Blumenstein im Berner Oberland. Im Restaurant Traube in Wattenwil habe ich als Küchenhilfe gearbeitet und sehr viel über die Schweizer

Küche gelernt: ich war zuständig für die Desserts und Salate. Oft musste ich auch für meinen Chef einspringen, wenn er alkoholisiert war. Ich habe viel Gewalt erlebt am Arbeitsplatz, aber mein Chef hat immer wieder gebettelt, dass ich bleibe. Einmal hat er mich sechs Minuten lang im Tiefkühlraum eingesperrt, einmal absichtlich mit der Bratpfanne gebrannt. Aber weil ich auf die Arbeit angewiesen war, habe ich weder Anzeige erstattet noch gekündigt. Ich habe sehr viel erduldet und mich damit motiviert, dass ich viel lerne. Fünf Jahre lang war ich da. Ich habe nie jemandem davon erzählt, bis meine Mutter in den Ferien gemerkt hat, dass es mir nicht gut geht. Ich habe es ihr erzählt und sie konnte mich dazu bringen zu kündigen.

## Neuanfang im Liebfeld

2007 haben meine Zwillinge ihre Berufslehren als Damenschneiderin und Detailhandelsassistentin abgeschlossen. Wir sind ins Berner Liebfeld gezogen. Die einzigen deutschen Wörter, die ich bisher gelernt habe, waren die aus dem Restaurant. Ein Jahr lang war ich zuhause, um Deutsch zu lernen, für eine Schule hatte ich kein Geld. Ich konnte mich erholen und mich aufs Lernen konzentrieren, weil ich in dieser Zeit finanzielle Unterstützung von meiner Familie erhielt. Da ich die Sprache nicht verstand und die Gesetze nicht kannte, bezog ich keine Sozialhilfe und war auch nicht beim RAV angemeldet. Aber auch, weil es mein Stolz nicht zulies – schliesslich hätte ich jederzeit zurück in die Mongolei gehen können.



Oyuna arbeitet schnell wie eine Maschine: «Du musst nicht pressieren», sagt ihr Vorgesetzter.

## Arbeit als Kinderbetreuerin

Im Februar 2008 habe ich angefangen, in einem 75%-Pensum das zwei Monate alte Baby eines Arztpaars zu hüten. Ich habe von sieben Uhr morgens bis sieben Uhr abends gearbeitet und das Baby ist mir sehr ans Herz gewachsen. Da aus meiner Zeit im Restaurant zu wenig Geld in die Pensionskasse überwiesen wurde, war ich sensibilisiert und habe meine neue Chefin darauf hingewiesen, daran zu denken. Sie wurde wütend und versicherte mir, sich schon darum zu kümmern. Nach drei Jahren haben sie mir wegen eines Auslandeinsatzes mit einer Frist von 14 Tagen gekündigt. Als sich das RAV erkundigte, weshalb ich in den letzten drei Monaten nichts für eine neue Stelle unternommen hatte, erfuhr ich, dass die Kündigungsfrist eigentlich drei Monate wären und meine Vorgesetzten das Kündigungsdatum gefälscht hatten. Ich war sehr enttäuscht und verletzt. Ich habe viel Herzblut in die Arbeit gesteckt und sie wurde nicht geschätzt. Wieder erhielt ich einen Brief von der Pensionskasse: die Familie hatte keinen Rapen einbezahlt.

## Bis zum Zusammenbruch

2010 und 2011 habe ich psychisch extrem gelitten. Eine RAV-Beraterin hat mir angemerkt, dass es mir

nicht gut geht und mich darauf angesprochen. Ich habe das erste Mal geweint. Das Ärzte-Paar war inzwischen wieder aus Frankreich zurück und wollte nur die Hälfte der Pensionskassenbeiträge übernehmen. Da ich finanziell nicht in der Lage war, für die zweite Hälfte aufzukommen, boten sie mir, die restlichen 2700 Franken in hundert Arbeitsstunden illegal abzuarbeiten und auf ihre Kinder, inzwischen waren es zwei, aufzupassen. Ich war sehr gekränkt und habe der RAV-Beraterin alles erzählt. Ich hatte schon achtzig Arbeitsstunden schwarz gearbeitet und sie forderte mich auf, sofort damit aufzuhören. Von meiner Chefin wurde ich als Verräterin beschimpft. Mein Sohn war in dieser Zeit sehr schwierig. Die Zwillinge lebten beide mit ihren Partnern, aber er war noch zuhause. Er hatte Probleme in der Schule, also gingen wir beide in psychologische Beratungen. Als es ihm nicht besser ging, bin ich in einer Sitzung explodiert und wurde direkt in die Notfallpsychiatrie in die UPD eingewiesen. Das war im 2011. Dieser Tag, dieser Zusammenbruch, ist der schlimmste Tag meines Lebens. Psychisch ging es mir lange nicht gut, ich hatte einfach keine Kraft mehr.

## Neue Arbeit, neue Perspektive

Als es mir besser ging, wollte ich schnellstmöglich

wieder arbeiten. Die IV sprach eine Rente von 50%, auch wenn ich gerne 100% gearbeitet hätte. 2012 kam ich zur Band und schliesslich in die GEWA. Ich habe Abklärungen gemacht und konnte an einem Probetag an den Schliesszylindern arbeiten. Ich war wieder in meinem Element: Die technischen Zeichnungen kannte ich von meiner Ausbildung und Arbeit in der Mongolei – ich habe als technische Zeichnungslehrerin an der Berufsschule gearbeitet – und verstand sie auf Anhieb. Ich konnte die Zylinder sehr schnell fehlerfrei montieren.

Jetzt bin ich schon zehn Jahre hier, in einem 50%-Pensum. Damit habe ich mich angefreundet, ich bin auch älter geworden. Mein Chef hat mir immer gesagt: «Du musst nicht pressieren, Oyuna.» Ich bin schnell wie eine Maschine und es fällt mir sehr schwer, Arbeit liegenzulassen. Aber ich habe auch gelernt, Nein zu sagen und mir gut zu überlegen, ob ich den Stress brauche. Langsam werde ich lockerer. Jetzt werde ich bald pensioniert. Ich habe gelernt, mir Zeit zu geben. Ich bin eine glückliche Mutter und helfe meinen Landsleuten und Russisch-Sprechenden bei Übersetzungen.

Meinem Sohn wurde das Asperger-Syndrom diagnostiziert. Er erhält 100% IV-Rente. In der Natalie-Stiftung habe ich viel über Autismus erfahren. Die Kränkungen sind weg, ich habe gelernt, ihn zu verstehen. Wir leben heute immer noch zusammen, er ist jetzt 31 Jahre alt. Meine Kinder sind mein ganzer Stolz, sie sind das grösste Geschenk. Eine meiner beiden Zwillingstöchter ist 2014 bei einem tragischen Unfall in Bern gestorben. Meine älteste Tochter, die in der Mongolei lebt, ist mittlerweile 42 Jahre alt.

#### Zukunftsansichten

Ich freue mich sehr auf meine Pensionierung, es beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Für die Zukunft habe ich sehr grosse Pläne: Mein Vater war Kulturminister und ein bekannter Schriftsteller und Regisseur. Ich habe sein Talent geerbt und mein Wunsch ist es, nach meiner Pensionierung Kinderbücher zu schreiben. Wenn das gut klappt, möchte ich sie auf Deutsch übersetzen und hier verkaufen. Mein zweiter Plan ist es, die acht Filme meines Vaters, historische Dramen der 1920er-Revolution bis in die 50er- und 60er-Jahre über die mongolische Kultur, auf Deutsch übersetzen zu lassen und hier ins Kino zu bringen.

#### Dankbar und mutig

Für die Dinge, die mir widerfahren sind, gebe ich niemandem die Schuld. Es ist einfach Schicksal, es gibt Tiefs und man steht wieder auf. Ich habe viel gelernt und bin immer wieder aufgestanden, das ist wichtig. Ich bin wahnsinnig dankbar, in der GEWA zu arbeiten. Ich erfahre hier eine grosse Akzeptanz und darf so sein, wie ich bin. Wenn es zuhause manchmal viel ist, habe ich hier einen Zufluchtsort. Ich lebe gesünder, seit ich hier bin. Ich erlebe hier eine gute Tagesstruktur und habe einen Grund, morgens das Haus zu verlassen. Es ist eine sinnvolle Arbeit, die gebraucht wird. Ich mag meine Arbeit sehr.

Seit ich hier bin, bin ich mutiger und selbstbewusster geworden. Ich habe wegen meinem Äusseren und meinen Sprachkenntnissen viele Demütigungen erfahren, wurde oft beleidigt. Das hat mich sehr verletzt und verunsichert. Ich wollte mich nicht mehr zeigen, war sehr scheu und distanziert. Aber jetzt fühle ich mich wohl, niemand beschimpft mich mehr. Hier hat sich meine psychische Gesundheit erholt, mein Leben ist sehr positiv geworden. Jetzt habe ich grosse Pläne für meine Pensionierung und möchte auch andere ermutigen, diesen neuen Lebensabschnitt als Chance zu sehen.

Autorin: Adriana Niklaus

#### INFO

#### JETZT ANSCHAUEN

In diesem Video erzählt Oyuna, was die GEWA bei ihr verändert hat und was sie an ihrer Arbeit liebt.



IV-BERN UND GEWA

# Zusammenarbeit macht den Erfolg

Die GEWA, die Invalidenversicherung (IV) des Kantons Bern und die Betroffenen haben dasselbe Ziel: eine nachhaltige Rückkehr in den allgemeinen Arbeitsmarkt. Dafür braucht es individuell zugeschnittene, flexible Eingliederungsprogramme und ein enges Zusammenspiel aller Akteure.

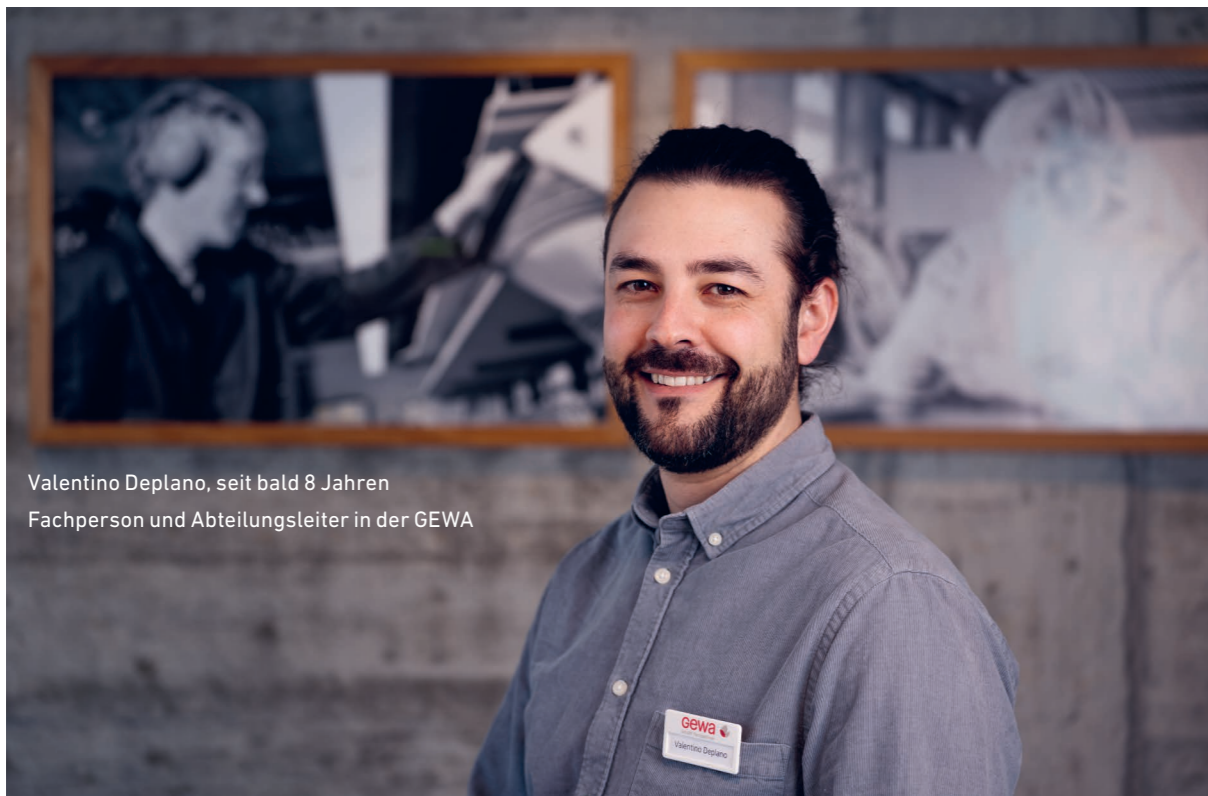
Valentino Deplano, Fachperson berufliche Integration bei der GEWA und Angela Monteleone, Case Managerin Eingliederung von der IV-Stelle Kanton Bern, berichten, welche Faktoren für eine erfolgreiche Eingliederung zählen und wie Zusammenarbeit auf Augenhöhe den Unterschied macht.

#### Wie sieht ein Eingliederungsprozess aus? Wann und wie kommt welche Person oder Institution ins Spiel?

Angela Monteleone, Case Managerin Eingliederung IV-Bern: Der Prozess beginnt fast immer mit der Anmeldung bei uns – durch die Person selbst



Angela Monteleone, seit 5 Jahren bei der IV-Stelle Kanton Bern als Case Managerin tätig.



Valentino Deplano, seit bald 8 Jahren  
Fachperson und Abteilungsleiter in der GEWA

oder über Bevollmächtigte per Webformular. Ab da gehen wir zusammen mit der betroffenen Person in eine gründliche Abklärungsphase: Wo steht sie, welche Wünsche hat sie, welche IV-Ansprüche gibt's? Was ist der gesetzliche Rahmen, was sind ihre Ressourcen, was ist überhaupt machbar und welche Massnahmen eignen sich? Gemeinsam mit ihrem Unterstützungsnetzwerk – Therapeut:innen, Ärzt:innen, Angehörige – legen wir dann fest, welche Institution am besten auf die Klientin oder den Klienten passt und gehen auf diese zu.

Valentino Deplano, Fachperson berufliche Integration GEWA: Wenn die Anfrage einer IV-Case-Manager:in reinkommt, analysieren wir die Ausgangslage, die vorhandenen Ressourcen und den Unterstützungsbedarf. Wir legen die Termine, Trainingsschwerpunkte und erste Ziele in einem Förderplan mit der fallführenden Fachperson der GEWA, der IV und der betroffenen Person gemeinsam fest. Unser Eingliederungsprogramm startet in der Regel mit einer Einführungswoche. Unsere Arbeitsgog:innen begleiten die Klient:in anschliessend durch die Trainings- und Anwendungsphase, entweder in verschiedenen GEWA-Betrieben oder im allgemeinen Arbeitsmarkt. Sobald die Person wieder stabil ist, unterstützen wir sie während weiteren Einsätzen bestmöglich bis zur Anstellung.

#### Was braucht es aus eurer Sicht von allen Beteiligten, damit eine Eingliederung gelingt?

Angela: Aus IV-Sicht ist es wichtig, dass die betroffene Person weiss, wo sie im Prozess steht, was von ihr verlangt wird und welche Möglichkeiten es gibt, damit sie den Eingliederungsprozess aktiv mitgestalten kann. Es braucht ein gemeinsames Verständnis aller Beteiligten, klare Zuständigkeiten und verlässliche Kommunikation über den gesamten Verlauf. Oft ändern sich Ziele, und dann ist es entscheidend, flexibel, aber vor allem auch empathisch zu reagieren. Oft braucht es auch Geduld, denn Eingliederung ist kein Sprint. Neues erlernen und aufbauen braucht seine Zeit.

Valentino: Entscheidend ist eine partnerschaftliche und zielorientierte Zusammenarbeit. Wenn Rollen klar sind, offen kommuniziert wird und Abmachungen verbindlich sind, dann schaffen wir Vertrauen und Orientierung.

Mit regelmässigen Standortbestimmungen machen wir Fortschritte sichtbar und können frühzeitig Ziele anpassen, flexibel reagieren und auf die betroffene Person eingehen. Mit einer engen Begleitung fördern wir die fachliche wie persönliche Entwicklung der betroffenen Person. Gleichzeitig sensibilisieren wir Arbeitgebende, Potenziale zu erkennen und passende Einsatzmöglichkeiten zu schaffen.

Praxiserfahrungen im geschützten Rahmen sowie schrittweise Übergänge in den allgemeinen Arbeitsmarkt erhöhen die Vermittlungsfähigkeit. Mit einer guten Zusammenarbeit entsteht ein verlässliches Netzwerk, das Ressourcen bündelt, Perspektiven eröffnet und nachhaltige Anschlusslösungen ermöglicht.

#### Wo seht ihr die grössten Herausforderungen im Eingliederungsprozess?

Angela: Die grösste Herausforderung liegt in der Einzigartigkeit eines jeden Eingliederungsprozesses und in der Wechselwirkung von Situationen und Systemen. Diese machen die Eingliederung recht komplex. Nicht alles lässt sich in einem Prozess planen – manchmal drückt man auf «Knopf A» und es passiert eben nicht A. Wir arbeiten mit Menschen in schwierigen Lebensphasen und da darf es auch mal «mönschele». Es gibt nicht die eine Lösung, die auf alle angewendet werden kann. Es braucht den Blick auf das, was möglich ist – also individuelle Lösungen, immer mit der betroffenen Person im Zentrum und innerhalb des gesetzlichen Rahmens.

Valentino: Jede betroffene Person und Situation ist unterschiedlich und es ist anspruchsvoll, die verschiedenen Perspektiven zusammenzubringen – medizinisch, therapeutisch, sozial und beruflich. Jede Fachstelle hat ihren eigenen Auftrag und ihre Sprache, da braucht es viel Abstimmung, um ein gemeinsames, realistisches Ziel zu finden. Hinzu kommen gesundheitliche Schwankungen, Unsicherheiten bezüglich Belastbarkeit sowie sich verändernde Rahmenbedingungen im Arbeitsmarkt, die herausfordernd sein können. Für individuelle und passende Lösungen müssen Informationen rechtzeitig fliessen und Entscheidungen transparent getroffen werden. Gelingt das nicht, führt das zu Missverständnissen oder Zielkonflikten. Unsere Aufgabe ist deshalb, zwischen allen Beteiligten immer wieder zu koordinieren und gemeinsam eine tragfähige Perspektive zu entwickeln.

Das Gespräch zeigt: Wiedereingliederung ist dann erfolgreich, wenn im komplexen Zusammenspiel alle abgestimmt zusammenarbeiten, sich absprechen und einen gemeinsamen Blick auf die Ziele haben. Transparente Kommunikation schafft die Basis

dafür, dass Menschen nach einer Krise im Arbeitsleben wieder Fuss fassen können.

Autorin: Fabienne Gilliéron

#### DER EINGLIEDERUNGSPROZESS AUS DER SICHT VON YOLANDA:

Yolanda\* durchläuft aktuell ein Eingliederungsprogramm in der Digitalabteilung der GEWA. Sie erzählt, wie sie die Zusammenarbeit mit der GEWA und der IV wahrnimmt und was ihr am meisten geholfen hat.

Yolanda: Die Kommunikation war von Anfang an von beiden Seiten klar. Das heisst, ich wusste stets, woran ich bin, was ich erwarten kann und was aber im Gegenzug auch von mir erwartet wird. Ich wurde eingebunden in die Entscheidung. Ich fühlte mich von beiden Seiten ernstgenommen, meine Wünsche wurden im Rahmen der Auflagen und meiner Gesundheit berücksichtigt. Ich konnte zum Beispiel mein Pensum anpassen, die Abteilung wechseln, woanders schnuppern und Neues ausprobieren. Ich wusste lange Zeit nicht, welchen Beruf ich erlernen möchte. In der GEWA hatte ich die Möglichkeit, mich mit dieser Frage zu beschäftigen und mich gleichzeitig zu stabilisieren. Während meines Aufbautrainings habe ich dann einen Beruf gefunden, der mich interessiert. Endlich geht es vorwärts. Für mich waren die regelmässigen Wochengespräche mit meiner Beratungsperson sehr wertvoll. Das gemeinsame Reflektieren meines Entwicklungsprozesses hat viel dazu beigetragen, dass ich Zuversicht gewinnen und Vertrauen und Ressourcen aufbauen konnte. Und jetzt freue ich mich auf meine nächste Etappe, meine Lehre.

\*Name abgeändert

# Gemeinsam vorwärts

«Die GEWA ist ein grossartiger Ort: Hier wird Gemeinschaft gelebt. Man baut gemeinsam etwas und sich gegenseitig auf. Ich werde wertgeschätzt und lerne, dass ich es wert bin, geschätzt zu werden.»  
Celine Schmied, Mitarbeiterin Gartenbau.

Als sozialwirtschaftliches Unternehmen verbindet die GEWA wirtschaftliche Leistungsfähigkeit mit einem klaren Sinn: Menschen Perspektiven zu eröffnen, berufliche Teilhabe zu ermöglichen und Lösungen zu entwickeln, die unser Zusammenleben und unser Umfeld stärken. Um diesen Kernauftrag der beruflichen Integration zu erfüllen, ist die gesellschaftliche Wirkung das relevanteste Ziel.

Damit die GEWA dieses Ziel und diese Wirkung erreichen kann, verfolgt sie – ganz im Sinne des Stiftungszwecks – eine langfristige Wirkungsstrategie mit ganzheitlicher Ausrichtung. Diese integriert sowohl soziale als auch ökologische und ökonomische Aspekte. Im Mittelpunkt stehen dabei Angebote und Massnahmen, die auf aktuelle gesellschaftliche Herausforderungen antworten. Etwa mit Geschäftsmodellen wie IT-Remarketing, Recycling-Dienstleistungen oder zukunftsorientierten Gastronomiekonzepten, die die Kreislaufwirtschaft stärken und Ressourcen schonen. Eine Zusammenarbeit mit der GEWA ermöglicht Kund:innen und Partner:innen, gesellschaftliche Verantwortung in ihre Wertschöpfung zu integrieren. Gleichzeitig schafft jeder Auftrag sinnstiftende Arbeitsplätze für Menschen mit psychischen Herausforderungen und es ergeben sich neue Chancen.

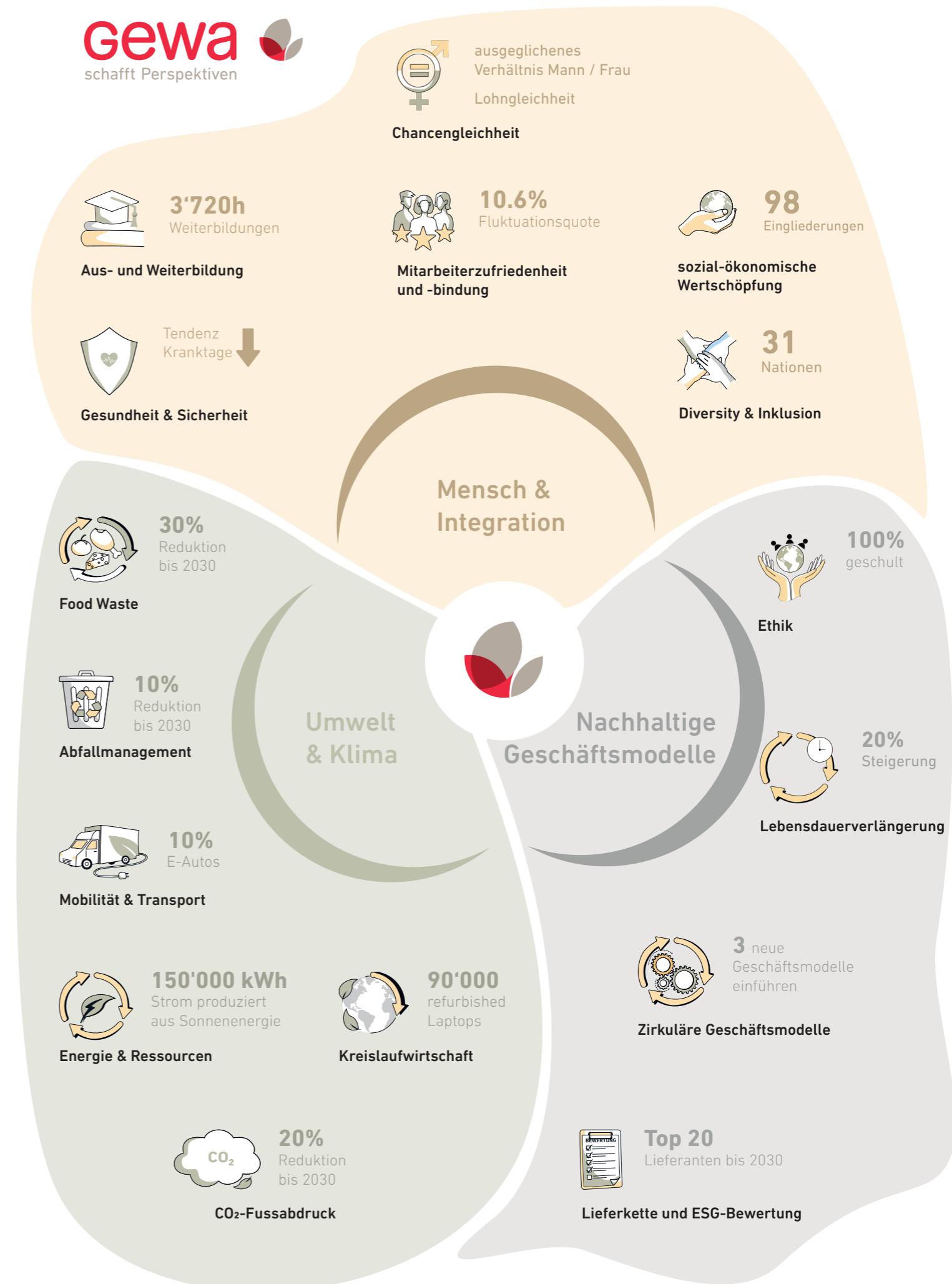
## Bewusster Umgang als Haltung

Die Strategie für gesellschaftliche Wirkung und nachhaltige Entwicklung wird bei der GEWA im täglichen Geschäft gelebt. Sie ist eine Haltung. Sie zeigt sich im respektvollen Miteinander, im bewussten Umgang mit Ressourcen und in Entscheidungen, die langfristigen Mehrwert schaffen – für Menschen, Unternehmen und die Umwelt. Grundlage dafür sind menschliche Werte und eine konsequent zukunftsorientierte Entwicklung der Angebote.

Die GEWA arbeitet kontinuierlich daran, ihre Prozesse zu verbessern, Lösungen zu entwickeln und ihr Handeln transparent zu machen. Kennzahlen zeigen diese Entwicklung sichtbar auf – doch bedeutender sind die Geschichten dahinter: von Menschen, die neue Perspektiven erhalten, von Unternehmen, die Verantwortung übernehmen, und von Ideen, die Kreisläufe stärken und Ressourcen schonen. Diese inspirierenden Erfolgs- und Mutmacher-Geschichten finden sie im neuen GEWA-Wirkungsbericht.

## Jahresbericht wird zum Wirkungsbericht

Im Jahr 2025 stieg die Nachfrage nach unseren Dienstleistungen der Beruflichen Integration erneut deutlich an. 336 Personen absolvierten ein Eingliederungsprogramm in der GEWA und wir begleiteten eine Rekordzahl an Lernenden, 26 von ihnen konnten ihre Ausbildung im Juli 2025 erfolgreich abschliessen. Wo bisher solche und andere der wichtigsten Ereignisse im Jahresbericht des «gewagt»-Magazins zu finden waren, lädt neu der GEWA-Wirkungsbericht zu einem Perspektivwechsel ein: Er zeigt, was die GEWA bewegt und welche Wirkung sie im gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und ökologischen Sinn erzielt. Nebst Highlights, Kennzahlen und dem Nachhaltigkeitsmodell stehen in diesem Bericht die Menschen im Mittelpunkt: Menschen, die erfolgreich wieder im Arbeitsmarkt Fuss fassen konnten, Partner und Kunden, die mehr als nur wirtschaftlichen Nutzen aus der Beziehung gewinnen konnten.



INFO

Hier gelangst du zum Online-Bericht und dem Download.



## Zuschlag zum Montageauftrag von armasuisse



Akku laden, etikettieren, konfigurieren: einige der Arbeitsschritte im neuen Prozess.

Nach einer intensiven Phase der Angebotserarbeitung für die Montage und Konfektionierung sogenannter «kleiner unbemannter Luftsysteme» («mini uncrewed aerial systems», kurz MUAS) hat die Abteilung Technische Montage im Februar den Zuschlag für den Auftrag von armasuisse erhalten. Damit sind wir für mehrere Jahre als Dienstleister für das Montieren und Konfektionieren dieser Aufklärungsdrohnen gesetzt. Schon im März konnten wir mit dem ersten Auftrag von rund 800 Drohnen starten. Dieses wegweisende Projekt bietet vielfältige, spannende Arbeiten und eine längerfristige Perspektive. Wir freuen uns auf eine langjährige Partnerschaft!

## Neuer Leiter Gartenbau



Stefan Wäfler freut sich auf die neue Aufgabe und die Zusammenarbeit mit seinem Team und den Kunden.

Nach 20 Jahren intensiver Zusammenarbeit orientiert sich Simon Kammermann neu. Über all die Jahre hat Simon die Werte des Gartenbaus positiv geprägt und mit grosser Fachkompetenz und persönlichem Einsatz wesentlich zum Erfolg der Abteilung beigetragen. Für seine langjährige Loyalität danken wir ihm ganz herzlich.

Die Leitung der Abteilung übernahm am 1. November 2025 Stefan Wäfler, der bisher in der Funktion des Stellvertreters tätig war. Mit seiner langjährigen Erfahrung und seinem ausgeprägten wirtschaftlichen und agogischen Denken hat er das Rüstzeug, um unseren Dualauftrag gut zu meistern. Wir schätzen Stefans klare Kommunikation und seine pragmatische, empathische Art. Es ist ein grosser Gewinn, dass er so schnell in die Rolle des Abteilungsleiters reingewachsen ist.

Stefan Wäfler: «Eine Abteilung erfolgreich zu führen, ist keine Einzelleistung, sie gelingt nur im gemeinsamen Miteinander.»

## GEWA-Podcast «NEUSTART» geht in die nächste Runde!



Unter dem Titel «Fokus Psyche» ist jetzt die zweite Staffel verfügbar. Im Mittelpunkt steht Marcel, der die Diagnosen ADS und ASS erst im Erwachsenenalter erhielt. Ergänzt wird seine Erfahrung durch die Sicht seines Praxisbildners Timo sowie Jobcoach Markus, der erläutert, was eine AD(H)S oder ASS-Diagnose für Betroffene bedeuten kann. In der abschliessenden Folge bringt die Neurowissenschaftlerin Barbara Studer ihre wissenschaftliche Sicht ein.

INFO

### JETZT REINHÖREN

Staffel 3 «Gesellschaft unter Druck». Zwei Generationen berichten, wie sie den gesellschaftlichen Druck erleben – ein Thema, das eng mit dem Wachstum der GEWA verknüpft ist.



## Mein Weg zur Berufung

Wie ein Fisch im Wasser fühle ich mich, wenn ich die richtigen Leute um mich herum habe. Ich bin eine grosse Teamplayerin und liebe es, in einem Team aufgehoben zu sein. Wenn ich allen vertrauen kann, wir alle unsere Jobs toll machen können, dann fühlt sich das einfach wahnsinnig richtig an. Dann fühle ich mich auch sehr stark und als Teil von etwas Grossem.

Bis zu meinem persönlichen «It's a match»-Moment hat es ein wenig gedauert. Ich kam durch eine Castingshow zu meinem Beruf als Musikerin. Ich habe oft einfach gemacht, ohne zu hinterfragen und war zwischendurch auch sehr überfordert, fand es gleichzeitig aber auch ganz toll. Dann gab es einen Moment, in dem alles zu viel wurde. Ich habe eine dreimonatige Pause gemacht, um mich zu sammeln, und habe in der Zeit auch überlegt, was ich sonst machen könnte. Ein Teil von mir dachte, ich schaffe das alles nicht. Dann gab es eine Probe zur Tourvorbereitung mit meiner Band. Ich, noch etwas fragil, habe mich vorsichtig reingesetzt. Sie haben gespielt und dann habe ich die ersten Töne gesungen: dieser Moment bleibt mir wahrscheinlich für immer. Das war so ein schönes Gefühl, zu singen, meine Band zu hören und dieses Zusammenspiel zu fühlen – da war mir klar: «Doch, doch, das ist genau das, was ich machen will.»

**Stefanie Heinzmann, Musikerin** – im Herbst auf Tournee mit dem neuen Album «Circles».