



Mutmach- broschüre

„Egal wie weit der Weg, er beginnt mit dem ersten Schritt.“



**Südtiroler
Bäuerinnenorganisation**

Lebensberatung
für die bäuerliche Familie



Mutig sein!

Zehn Jahre Lebensberatung für die bäuerliche Familie.

Zehn Jahre menschliche Beratung.

Zehn Jahre wertvoller Dienst.

Zehn Jahre **mutig** begleitet!

Dass es auf den Höfen nicht nur betriebliche und fachliche Beratung braucht, sondern auch eine menschliche, war uns Bäuerinnen länger schon klar. Diese menschliche Beratung ins Leben zu rufen, war gar nicht so einfach. Vor 10 Jahre gelang es der Südtiroler Bäuerinnenorganisation dann doch.

Die Initiatorinnen waren **mutig**, auch dank vieler Menschen, die ihnen immer wieder **Mut** machten. Heute können wir ihnen dafür danken.

Mutig sind auch die Ratsuchenden, die den ersten Schritt machen und bei der Lebensberatung anrufen. Dieser erste Schritt ist der wichtigste, leider aber der schwerste. So ist dieses **Mut** machen sich Hilfe zu holen ganz wesentlich. Wir alle sind zu diesem **Mut** machen aufgerufen, wann immer wir die Gelegenheit dazu haben.

Mutig sind auch die Lebensberater/innen. Sie helfen den Ratsuchenden einen Schritt in die richtige Richtung zu gehen, und sind so Kraftquellen für Bäuerinnen und Bauern. Sie sind **Mutmacher** – im wahrsten Sinne des Wortes.

Diese **Mutmach**-Broschüre will den Lesern sagen, dass es **Mutmach**quellen gibt, die

Mut machen, Mut weitergeben, Mut schöpfen.

Landesbäuerin

Antonia Egger

Antonia Egger

Manchmal kann es passieren, dass man den Alltag nicht mehr ohne Hilfe bewältigt. In diesen Situationen ist es wichtig, dass wir wissen: Wir sind nicht alleine!

Unterstützung und Förderung – zwei wesentliche Begriffe, die wir hier bei uns in Südtirol in allen Bereichen großschreiben und verfolgen. Denn: Uns geht es um die Menschen.

Die Südtiroler Bäuerinnen sind dabei wichtige Helferinnen. Durch unterschiedliche Dienstleistungen am Hof und in der Gesellschaft wird das Bewusstsein für Tradition und Nachhaltigkeit ebenso wie das Engagement für die Mitmenschen auf natürliche Weise gelebt. Wir können stolz sein, dass es eine Organisation, wie jene der Südtiroler Bäuerinnen gibt, die es sich zur Aufgabe gemacht haben, den Menschen in unserem Land tatkräftig unter die Arme zu greifen.

Für mich stehen Menschen und ihre Bedürfnisse im Mittelpunkt meines Schaffens. Darum habe ich immer ein offenes Ohr für die Gedanken und Anliegen der Südtirolerinnen und Südtiroler und hoffe dadurch den Menschen in unserem Land bestmöglich helfen zu können. Zusammen schaffen wir mehr und können für Südtirol vieles verwirklichen, was einer alleine nicht vermag. Ich freue mich, dass die Zusammenarbeit zwischen der Organisation und der öffentlichen Hand so gut funktioniert und hoffe, dass wir auch in Zukunft dadurch viel Neues und Wertvolles für unser Land und seine Bewohner leisten können.

Landesrätin

Waltraud Deeg

Waltraud Deeg


Der Südtiroler Bäuerinnenorganisation ist es wichtig, dass die bäuerliche Familie in schwierigen Zeiten nicht alleine gelassen wird. Daher gründete sie im Jahre 2009 die **Lebensberatung für die bäuerliche Familie**. Ehrenamtlich tätige Lebensberater/innen aus ganz Südtirol bieten der bäuerlichen Familie Gespräche an und begleiten sie ein Stück ihres Weges in einer menschlich herausfordernden Situation. Die Beratungen sind kostenlos.

Sie können sich an uns wenden, wenn

- Konflikte zwischen Generationen das Zusammenleben erschweren,
- die Hofübergabe ansteht,
- Krisen in der Partnerschaft und Familie auftreten,
- Sie sich überlastet fühlen,
- Sie mit jemanden über Ihre Sorgen reden möchten

- Sie können sich bei der Koordinationsstelle unter 0471 999400 Montag bis Freitag von 9.00 bis 12.00 Uhr und von 14.00 bis 18.00 Uhr melden oder eine Nachricht schreiben an lebensberatung@baeuerinnen.it
- Die Koordinatorin kontaktiert eine/n Berater/in.
- Die/der Lebensberater/in meldet sich dann telefonisch bei Ihnen und vereinbart einen Termin für ein Treffen. Das Gespräch kann auf Wunsch auch auf dem Hof stattfinden.

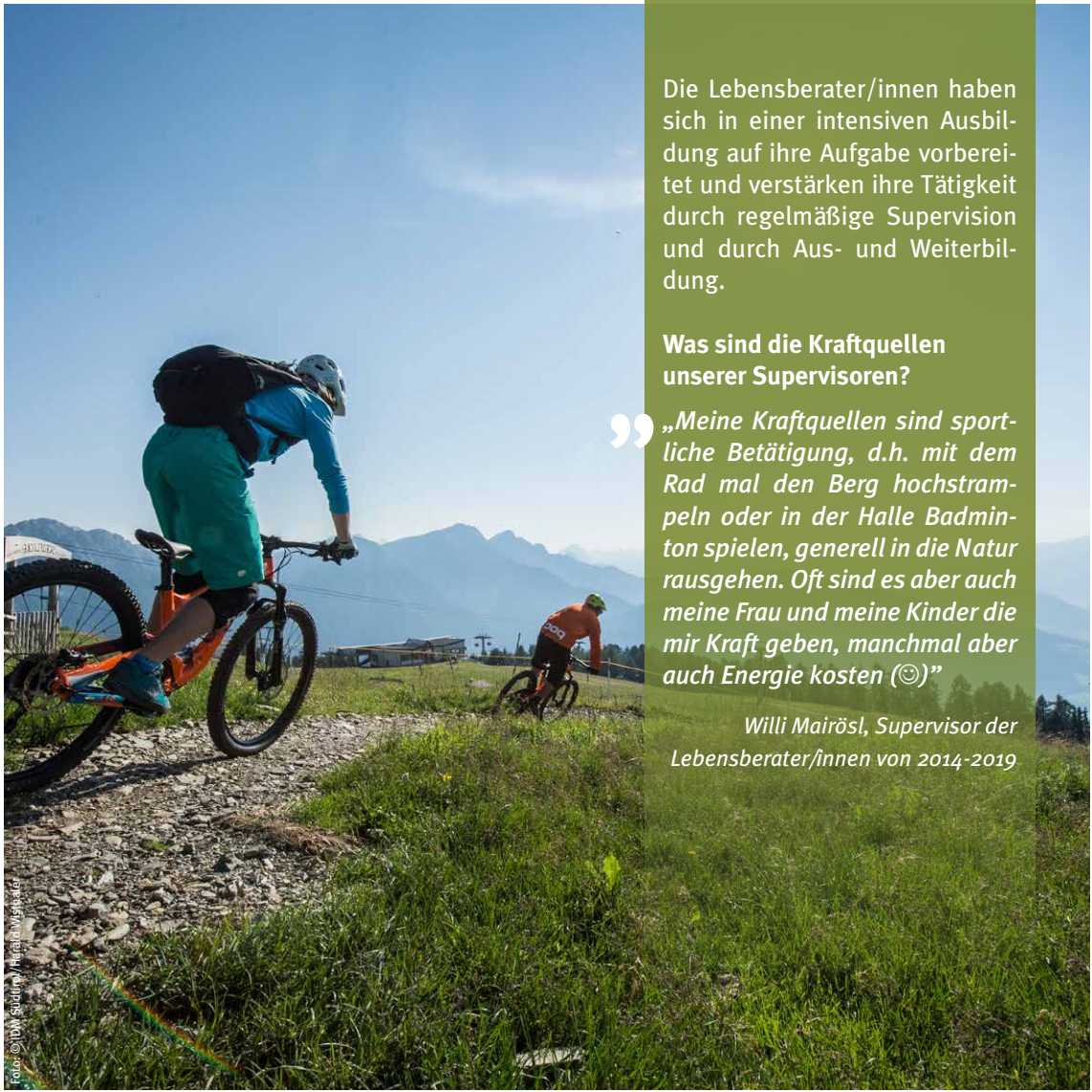




Die Lebensberater/innen sind da und hören zu ohne zu urteilen und zu werten. Verschwiegenheit ist für sie selbstverständlich. Eine Ratsuchende schildert ihren Eindruck.

„Einfach mal reden zu können, mit dem Wissen, dass alles im Raum bleibt und ich mich gehört und verstanden fühle, ist eine große Erleichterung für mich“.

Eine Anruferin



Die Lebensberater/innen haben sich in einer intensiven Ausbildung auf ihre Aufgabe vorbereitet und verstärken ihre Tätigkeit durch regelmäßige Supervision und durch Aus- und Weiterbildung.

Was sind die Kraftquellen unserer Supervisoren?


„Meine Kraftquellen sind sportliche Betätigung, d.h. mit dem Rad mal den Berg hochstrampeln oder in der Halle Badminton spielen, generell in die Natur rausgehen. Oft sind es aber auch meine Frau und meine Kinder die mir Kraft geben, manchmal aber auch Energie kosten (☺)“

Willi Mairösl, Supervisor der Lebensberater/innen von 2014-2019



„Nichts bleibt, wie es ist. Im Vertrauen auf eine Chance für Veränderung, vielleicht für Besserung, lese oder höre ich immer wieder die letzte Strophe des Gedichtes von Dietrich Bonnhöfer, *4. Februar 1906 in Breslau; † 9. April 1945 im KZ Flossenbürg, evangelischer Theologe, profilierter Vertreter der Bekennenden Kirche und am deutschen Widerstand gegen den Nationalsozialismus beteiligt. Von guten Mächten wunderbar geborgen, erwarten wir getrost, was kommen mag. Gott ist bei uns am Abend und am Morgen und ganz gewiss an jedem neuen Tag“.

Berta Linter, Wegbegleiterin und Supervisorin der Lebensberater/innen von Anfang bis 2013



Die Arbeitsgruppe Lebensberatung arbeitet an der ständigen Weiterentwicklung des Dienstes. Vertreten sind neben der Landesführung der SBO und den Bezirksbäuerinnen auch Silvia Moser.

Ihre Mutmacher:

„*„Mut macht mir, dass die Sonne jeden Tag aufgeht. Ich weiß, das klingt jetzt vielleicht banal oder so daher gesagt ... Aber immer dann, wenn ich mich ganz bewusst in das neue Licht des anbrechenden Tages stelle, überkommt mich eine Art Ahnung, dass dieser tägliche Wechsel von Nacht und Tag auch mit meinem ganz persönlichen Leben zu tun haben könnte. Und mit unserem oft so hoffnungsarmen Weltgeschehen ... Ich bin, ehrlich gesagt, manchmal echt froh, dass mir diese „Mutmach-Kraft“ an jedem Morgen neu und ganz unverbraucht zur Verfügung steht! Damit kann ich in den Tag starten – hoffnungsvoll und mit offenen Augen und Ohren für das, was mir begegnen will.“*


Silvia Moser, Leiterin der Telefonseelsorge und Mitglied der Arbeitsgruppe Lebensberatung

Die Lebensberater/innen nehmen sich Zeit für ein offenes Gespräch und begegnen Ihnen mit Achtsamkeit und Wertschätzung. Gemeinsam mit Ihnen arbeiten sie an Lösungswegen. Drei von ihnen schildern stellvertretend für insgesamt 35 Lebensberatern ihre Tankstellen.

„Das Glas kann halbvoll oder auch halbleer sein. Es hilft mir, ganz bewusst, das halbvolle Glas zu sehen.“

Eine Lebensberaterin





„Ich habe meine ganz persönlichen Tankstellen, ein ganz besonders schöner Weg im Wald, der mich wieder zur Ruhe kommen lässt, ein Energieplatz in meiner Nähe, der mir Kraft gibt und mich auftankt.“

Eine Lebensberaterin

„Wenn ich mutlos bin, bewege ich mich - ich habe ein Minitrampolin und dies ist ein Glückshormontraining oder gehe ich in die Stille, entweder in eine Kirche, an einen Kraftort - Gebete geben mir auch viel Kraft.“

Eine Lebensberaterin





Die Koordinatorin stellt den Kontakt zwischen Ratsuchenden und Lebensberatern her und begleitet die Lebensberater/innen in ihrer Tätigkeit.

Was sind ihre Kraftquellen, wenn sie mut- und kraftlos ist?

„Menschen, die trotzdem „ja“ zum Leben sagen und Gedichte von R.M.Rilke (1875-1926), im Besonderen: Die Möglichkeiten. Man kann sich die Weiten und Möglichkeiten gar nicht unerschöpflich genug denken. Kein Schicksal, keine Absage, keine Not ist einfach aussichtslos; Irgendwo kann das härteste Gestrüpp es zu Blättern bringen, zu einer Blüte, zu einer Frucht.“

Nicole Irsara, seit 2013
Koordinatorin der Lebensberatung



Foto: © SBO - Florian Andergassen | Cover Foto: SBO-Armin Huber



Südtiroler
Bäuerinnenorganisation

Lebensberatung

für die bäuerliche Familie



AUTONOME PROVINZ BOZEN - SÜDTIROL
Abteilung 24 - Soziales
Amt 24.2 - Amt für Senioren und Sozialsprengel



PROVINCIA AUTONOMA DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Ripartizione 24 - Politiche sociali
Ufficio 24.2 - Ufficio Anziani e distretti sociali

Rufen Sie uns an!

Tel. 0471 999 400

9.00 bis 12.00 Uhr und

14.00 bis 18.00 Uhr

lebensberatung@baeuerinnen.it