

Jahresbericht 2018

deStarts



Gebäude der Tri-Care Santé



Restaurant zum Kantonsschild

Herzlichen Dank an unsere Sponsoren



guglerahof.ch

Guglera 6,
1718 Rechthalten



Zug



zwahlen
itel

Haustechnik GmbH



brainLight®

LIFE IN BALANCE



Vorwort der Geschäftsleitung

Ich bin mir das wert.....

...so oder ähnlich tönt es in den Werbespots. Genau diese Salbe, dieses Haarpflegemittel, dieses Auto, dieses Outfit etc. habe ich verdient. Ich bin es mir Wert, ich kann es mir leisten. Dadurch werde ich besser aussehen, habe ein besseres Image und bin insgesamt ein zufriedener Mensch. Zufriedenheit ist also eine Sache, die ich mir kaufen kann. Je mehr ich mir kaufe, desto zufriedener und glücklicher werde ich sein!?

Ich bin vor Kurzem zum ersten Mal auf das sogenannte *Richard Easterlin-Paradox* gestoßen. Es besagt zusammengefasst: Mehr Reichtum in einer Gesellschaft führt nicht zu mehr Lebenszufriedenheit der Menschen.

Macht Geld überhaupt glücklich?

Ja, Geld macht Menschen glücklicher, aber nur, wenn sie am Existenzminimum leben. *Wenn du nur sehr wenig Geld hast und um deine Existenz kämpfen musst, dann macht Geld dich sehr glücklich und auch weniger traurig. Weil es dir Stress und Angst nimmt. Und weil es dir eine Menge deiner alltäglichen Probleme löst.*

Die positiven Auswirkungen eines Geldsegens werden von den meisten Menschen jedoch masslos überschätzt. Das zeigen Studien mit echten Lottogewinnern.

Es gibt zwar einen Glückskick nach dem Lottogewinn. Nach spätestens zwei Jahren ist es damit aber vorbei. Denn du gewöhnst dich an die neuen Lebensumstände und fühlst dich danach wieder genauso gut oder schlecht wie vorher. Die Gewöhnung an deine neuen Lebensumstände führt dazu, dass sich auch deine Ansprüche immer weiter erhöhen. Das macht es dir dann schwieriger, Glück aufgrund der kleinen Dinge zu empfinden.

Geld ist in der Hinsicht vergleichbar mit Alkohol und Drogen: Nicht unbedingt der beste Weg, um glücklich zu werden.

Dem Ökonomieprofessor Richard Layard zufolge sind andere Faktoren dann viel entscheidender für dein Glück: etwa deine Gesundheit und dein soziales Netzwerk aus Freunden und Familie.

Wenn du also dein Glück weiter maximieren möchtest, dann sei bereit, deine Prioritäten im richtigen Moment zu wechseln: Sobald du genug Geld zum Leben hast, solltest du lieber Zeit für Freunde, Familie und deine Gesundheit investieren.

Je älter ich geworden bin, desto wichtiger sind mir die folgenden Punkte geworden:

- Dankbarkeit. Trotz Rückschlägen und gewissen gesundheitlichen Einschränkungen danke ich jeden Morgen Gott für Seine Fürsorge und Bewahrung.
- Geniesse den Moment. Jede Begegnung, jedes Gespräch, das Zusammensein mit Freunden und Bekannten, sei es im Körperpflegezentrum oder im Restaurant, bereitet mir grosse Freude und ist für mein Leben eine riesige Bereicherung.
- Trage Sorge zu deiner Gesundheit. Ich habe gelernt (und lerne jeden Tag dazu) auf meinen Körper zu hören. Ich bewege mich regelmässig (30 Minuten Gehen pro Tag genügen) und achte auf eine ausgewogene Ernährung, viel Früchte und rohes Gemüse/Salat möglichst aus biologischem Anbau, weniger Fleisch (dabei achte ich auf die Herkunft mit tiergerechter Haltung und Aufzucht) und nur wenig alkoholische Getränke. (auf unserer Weinkarte haben wir wunderbare, kostengünstige Weine u.a. aus biologischem Anbau, die super schmecken.)

Trotz allen guten Vorsätzen wird es immer wieder Rückschläge und Zwischenfälle geben, die unseren Lebensmut und unsere Lebensfreude einschränken können. In diesen Momenten finde ich Trost in Gottes Wort aus der Bibel und im Gebet. Ich bin es mir wert und freue mich im «wertvollsten» Buch, der Bibel, so oft ich will und erst noch total kostenlos, die unvergänglichen Weisheiten von Jesus Christus zu lesen. Es ist Seine Liebesbotschaft, die mich wirklich nachhaltig glücklicher und zufriedener macht.

Es ist in unserer heutigen, sehr unruhigen/unfriedlichen Zeit, eine Liebes- und Friedensbotschaft für alle von uns.

Du möchtest gerne mehr davon erfahren? Ich freue mich auf Deinen Brief oder Deine Mail (fasnacht@almedica.ch)

Du bist es Dir wert!

In liebevoller Verbundenheit und auf bald in Galmiz



Beat Fasnacht

1. Direktion und Personal



Beat Fasnacht
Direktion



Hans-Peter Roost
Vizedirektion



Peter Rahm
Bereichsleitung



Richard Jungi
Buchhaltung



Andrea
Hubacher
Kundendienst



David
Sonnenwald
Kundendienst



Jonas Eberhard
Kundendienst



Heinz Blaser
Kundendienst



Karin Garbaa
Pflege



Lek Gaupp
Massage



Jarunee Hunzinger
Massage



Heinz Bangerter
Gruppenturnen



Ernst Pfister
Fahrdienst



Markus Meyer
Küche



Brigitte Ruch
Küche



Toj Lehmann
Küche



Dora Herren
Service



Michaela Fedorkova
Service

2. Bereiche



2.1. Tri-Care Santé

Als Non-Profit-Projekt der Stiftung deStarts hat das Tri-Care Santé Körperpflegezentrum zum Ziel, ambulant die Lebensqualität der älteren Generation zu fördern. Das Angebot ist dementsprechend breit und umfangreich:

Wellness

- Professionelle Massagen
- Wasserstrahl-Massagebett
- Massagesessel
- Infrarotkabine
- Infrarotsessel

Bewegung

- professionell geleitete Gruppentrainings
- modernste Trainingsgeräte
- speziell für Senioren und Menschen mit Beeinträchtigungen
- Koordinationstraining
- Sprossenwand
- Laufband
- Trainingsvelo

Körperpflege

- Körperwaschung
- Dusch-Möglichkeit
- Haarpflege und Rasur
- Coiffeur
- Fuss- und Nagelpflege

Zusatzdienste

- Eintrittsuntersuchung zum Allgemeinzustand
- Fahr- und Abholdienst
- kostenlose Parkplätze
- durchgehend rollstuhlgängig
- Mittagstisch im eigenen Restaurant

Unter Berücksichtigung der Wünsche und Gewohnheiten sowie dem Grad der Immobilität wird die Betreuung der Kunden des Körperpflegezentrums individuell angepasst. Das Betreuersteam lädt die Menschen ein, sich etwas Gutes zu tun, in eine stimmige Wohlfühloase einzutauchen und ein paar Stunden weg von ihrem Alltag zu verbringen.

Ein gepflegtes Äusseres steigert das Selbstbewusstsein und schafft ein besseres Wohlfühlgefühl, das für den sozialen Kontakt unerlässlich ist. Nicht zuletzt bedeutet der Besuch im Tri-Care Santé auch etwas Entlastung für die pflegenden Angehörigen.

Das Angebot der Tri-Care Santé findet bei unseren Kunden immer noch Anklang, wovon unsere wachsenden Kundenzahlen (zurzeit 350 Kunden) und die Anzahl Besuche bzw. beanspruchter Dienstleistungen zeugen:

Anzahl Besuche Tri-Care Santé 2018

	Personen	Training & Massage	Fusspflege
Januar	68	54	14
Februar	136	109	13
März	172	137	24
April	161	130	24
Mai	164	116	33
Juni	151	116	27
Juli	83	63	19
August	87	54	26
September	105	84	19
Oktober	152	129	22
November	155	134	19
Dezember	125	85	27
Total	1559	1211	267

Dieses komplette Angebot wird den Kunden zu einem Preis von CHF 20 pro Halbtage angeboten. Bei längerer Massage und Fusspflege wird ein Aufpreis verlangt: So kostet beispielsweise die Benützung der Fitness- und Wellnessräumlichkeiten mit 30-minütiger Massage nur CHF 35 – ein Preis, der kaum zu überbieten ist. Bei Personen, die finanziell nicht in der Lage sind die CHF 20 Grundkosten zu bezahlen, übernimmt die Stiftung den Betrag vollständig. Von dieser Hilfe profitieren gegenwärtig rund 5-10% der Kunden. Damit gewährleistet die Stiftung deStarts, dass alle Menschen Zugang zum Angebot der Tri-Care Santé haben, unabhängig ihrer finanziellen Möglichkeiten.

Im Bereich Tri-Care Santé gab es 2018 wenig Veränderungen im Bereich der angebotenen Dienstleistungen. In Partnerschaft mit dem Restaurant zum Kantonsschild und der Almedica AG wurde neu ein Programm entwickelt, das v.a. Firmenkunden anspricht. Unter dem Titel „Hygiene mit Genuss“ werden Unternehmen aus der Region und der gesamten Schweiz ermutigt bei uns ein Team-Event abzuhalten, der gesundes Essen, Fitness- und Wellness und eine Schulung im Bereich der betrieblichen Hygiene umfasst.

Neu lanciert wurde 2018 zudem das Programm „Bewusstes Atmen beim Bewegen“: Dabei werden seniorengerechte Bewegung mit entspannenden Atemtechniken kombiniert. Das Programm besteht weiterhin auch 2019 und findet jeden Dienstagnachmittag statt.



Bewegung und Sport im Körperpflegezentrum

2.2. Restaurant zum Kantonsschild



Das 2017 eröffnete Restaurant zum Kantonsschild machte auch 2018 durch verschiedene Neuerungen und Veranstaltungen regelmässig auf sich aufmerksam. Es werden seit 2018 sog. Wochen-Hits und Saison-Hits, d.h. wöchentlich bzw. saisonal einzigartige Menüs, angeboten. Ergänzt werden diese temporären Angebote durch eine stets auf Kundenbedürfnisse angepasste generelle Menükarte. Auch die Weinkarte wurde im Verlaufe des Jahres 2018 angepasst. Nebst ausgewählten Weinen aus der Schweiz und dem Ausland werden nun vermehrt auch Weine aus dem Kanton Freiburg angeboten.

Die hauseigene Gartenterrasse wurde laufend erneuert und gepflegt und wird in den warmen Monaten rege genutzt. Die Lage, etwas entfernt vom Strassenlärm, wird von

den Kunden sehr geschätzt. Allgemeines Feedback zum Restaurant wurde regelmässig auch durch Kundenumfragen in Form kurzer Fragebögen eingeholt.

Seit 2018 besteht die Möglichkeit das Restaurant für private oder betriebliche Anlässe zu mieten. In diesem Zusammenhang wurde der Festsaal des Restaurants mit einem interaktiven Fernseher ausgestattet, der von Hand bedient werden kann (Touch-Display) und alle modernen Geräte wie Mobiltelefone, Tablets oder Laptops unterstützt.

Um besser auf das umfangreiche Angebot an Menüs und mietbaren Räumlichkeiten hinzuweisen, wurde die Restaurant-Präsenz in den Sozialen Medien gestärkt. Das Restaurant Kantonsschild pflegt seit 2018 diverse Social-Media-Kanäle wie Facebook, Instagram, Yelp, Tripadvisor usw. Ein E-Mail-Newsletter wird min. zwei Mal monatlich an alle interessierten Personen versendet, postalische Mailings werden je nach Bedarf gemacht.

Die seit Beginn bestehende Partnerschaft mit Slow Food Schweiz wurde ausgebaut. Im Restaurant Kantonsschild wird gesunde Kost mit vorwiegend Bio-Zutaten stets frisch zubereitet. Als Mitglied von Slow Food Schweiz werden bevorzugt nachhaltig produzierte Lebensmittel aus der Region angeboten. Auch die Zusammenarbeit mit dem Verband Gastro Fribourg trägt Früchte: Von der gemeinsamen Vernetzung profitieren sowohl Gastro Fribourg als auch das Kantonsschild. Darüber hinaus nahm das Kantonsschild als aktiver Partner an Anlässen teil, die von Gastro Fribourg organisiert wurden.



Gaststube des Restaurants zum Kantonsschild

3. Veranstaltungen

3.1. Nacht der Genüsse

Im Rahmen der „Nacht der Genüsse“ in Murten war das Restaurant zum Kantonsschild 2018 mit einem Apéro vor Ort. In der betreffenden Nacht verwandelte sich die Altstadt Murten für einen Abend in ein Schlaraffenland. Von 17.00 bis 23.00 Uhr wurden Degustationen, Entdeckungs- und Dekorationsworkshops für Gross und Klein angeboten. Serviert wurde vom Kantonsschild feiner Prosecco und eine Auswahl an Gemüse und Teiggebäck.

3.2. Genusswoche

2018 beteiligte sich das Restaurant Kantonsschild zum ersten Mal an der «Genusswoche» der «Fondation pour la Promotion du Goût», die sich für die der Wahrung des kulinarischen Erbes der Schweiz einsetzt. Eine Woche lang wurde ein ganz spezielles Menü serviert: Bülletünne und Riesling-Suppe zur Vorspeise, Hallauer Schinkenwurst im Teig und alte Seeländer Gemüsesorten zum Hauptgang und Nidlechueche als Dessert.

3.3. Freundeskreis-Nachtessen

Am Samstag, 3.11.2019 fand im Restaurant zum Kantonsschild das erste Nachtessen für Mitglieder des deStarts Freundeskreises und für Sponsoren statt.

Einladungen für das Nachtessen 2019 werden zeitnah separat versendet.



Dinner im Kantonsschild

3.4. Erwachsenenbildung



Vortrag von Simea Schwab 2018

Das Angebot der Tri-Care Santé wurde 2018, wie schon im Vorjahr, ergänzt von Vorträgen und Gruppenveranstaltungen, die unter dem Begriff der Erwachsenenbildung zusammengefasst werden können. Die Themen reichen von gesunder Lebensweise, Bio-Lebensmittel, Weinverkostung und Humor bis zu Fragen über das Leben, Glück und Dankbarkeit.

Rund ein bis zwei Mal im Monat findet ein solches Erwachsenenbildungsprogramm im Festsaal des Restaurants zum Kantonsschild statt. Dabei wird der Vortrag bzw. die Veranstaltung von gemeinsamem Kennenlernen bei Kaffee, Mittagessen und einer Diskussion und Fragerunde begleitet.

Nachfolgend ist das Programm von 2018 aufgeführt. Wir bedanken uns von ganzem Herzen bei den Rednern für die spannenden Vorträge.

Thema	Redner
Lachen ist gesund	<i>Francesco Muzio</i> Lach-Seminare, Bern
Mehr Wohlbefinden dank Blumen und Pflanzen.	<i>Marc Aebi</i> Inhaber Aebi Kaderli Gartencenter
Bescheuertes Glück.	<i>Beat Fasnacht</i> Social Entrepreneur
Verloren geglaubte Talente aktivieren.	<i>Salome Badertscher</i> Gesundheit!Clown
Bio versus Non-Bio.	<i>Benno Etter</i> Bio-Bauer, Bio Seeland AG
Seh-, Geruchs- und Geschmackstraining: Degustation von Sommer-Weinen.	<i>Peter Rahm</i> Wein-Enthusiast
1) Zeiten ändern s(d)ich – wie wir positiv mit Veränderungen und Umbrüchen umgehen. 2) Merci, dass es mich gibt. 3) Mit Schicksalsschlägen fertig werden.	<i>Simea Schwab</i> Lebensberaterin / Theologin
Chancen und Grenzen der Alternativ- Medizin.	<i>Rolf Nussbaumer</i> Leiter der Schule für ganzheitliche Heilkunde sowie christliche Gesundheits- und Lebensberatung
Stressfaktor digitale Welt: Infos und Tipps zur Bewältigung.	<i>Daniel Kummer</i> Gymnasiallehrer und Entwicklungs- psychologe
Ausgewogene Ernährung und Vitalität mit gut verdaulichen gesunden Pilzen.	<i>Lorenz Laubscher</i> Bauer und Pilzzüchter
Alzheimer / Demenz.	<i>Brigitte Boyer</i> Leitende Neuropsychologin, Berner Spitalzentrum für Altersmedizin
Lebensbiografien.	<i>Monika Eberhard</i> Lehrerin

Das aktuelle Programm 2019 ist stets im Internet unter www.tri-care-sante.ch zu finden.

3.5. Gruppentrainings



Gruppentraining mit Heinz Bangerter (Bildmitte)

Mit jeweils rund acht bis zwölf Teilnehmern veranstaltete Heinz Bangerter 2018 einmal pro Woche ein Gruppentraining. Das Gruppentraining dauerte rund 30-45min und wurde im Sommer durch Aktivitäten im Freien, wie gemeinsames „Walken“ in Galmiz, ergänzt. Das Programm wird 2019 aufgrund der sehr positiven Resonanz der Vorjahre weitergeführt.

4. Bilanz und Erfolgsrechnung

Bilanzen 2018

TRI-TII AG (Restaurant)	<u>per 31.12.2018</u>	<u>per 31.12.2017</u>
Umlaufvermögen	151'931	123'699
Anlagevermögen	4'703	7'003
Total Aktiven	156'634	130'702
Fremdkapital	58'621	32'799
Organisationskapital	98'013	97'903
Total Passiven	156'634	130'702

STIFTUNG DESTARTS

	<u>per 31.12.2018</u>	<u>per 31.12.2017</u>
Umlaufvermögen	192'638	238'326
Anlagevermögen	118'882	118'882
Total Aktiven	311'520	357'208
Fremdkapital	90'632	13'802
Fondskapital	2'200	11'200
Organisationskapital	218'688	332'206
Total Passiven	311'520	357'208

Erfolgsrechnungen 2018

	<u>Rechnung 2018</u>	<u>Rechnung 2017</u>
	<u>01.01.-</u>	<u>01.01.-</u>
	<u>31.12.2018</u>	<u>31.12.2017</u>
TRI-TII AG (Restaurant)		
Ertrag aus erbrachten Leistungen	360'102	206'616
Total Erträge	360'102	206'616
Materialaufwand	-78'394	-66'986
Personalaufwand	-244'067	-161'414
Übriger Aufwand inkl. Abschreibungen	-28'209	-14'060
Total direkter Betriebsaufwand	-350'670	-242'460
Administrativer Aufwand	-8'374	-8'689
Zwischenergebnis	1'058	-44'533
Finanzergebnis	-948	-169
ausserordentlicher Ertrag	0	0
ausserordentlicher Aufwand	0	0
Jahresgewinn/-verlust	110	-44'702
STIFTUNG DESTARTS		
Allgemeine Zuwendungen	13'895	800
Zuwendungen mit Zweckbindung	0	9'200
Legat	56'072	0
Total Erträge	69'967	10'000
Personalaufwand	0	-100
Aufbaubeiträge für neue Projekte	-118'000	-108'389
Aufwand Spendenweiterleitung	-65'578	0
Übriger Aufwand inkl. Abschreibungen	-1'065	-4'338
Total direkter Betriebsaufwand	-184'643	-112'827
Spenden und Beiträge	-3'474	-8'250
Administrativer Aufwand	-3'559	-4'942
Zwischenergebnis	-121'709	-116'019
Finanzergebnis	-106	157
Ordentliches Jahresergebnis	-121'815	-115'862
Ausserordentlicher Ertrag	0	9'500
Ausserordentlicher Aufwand	-703	-1'684
Jahresergebnis ohne Fondsergebnis	-122'518	-108'046
Verwendung von zweckgebundenen Fonds	9'000	0
Zuweisung an zweckgebundene Fonds	0	-9'200
Vermögensabnahme	-113'518	-117'246

5. Kontakt

5.1. Adressen

Stiftung deStarts
Hauptstrasse 77
3285 Galmiz
Tel.: 026 418 93 90
Mail: info@destarts.ch
Internet: www.destarts.ch

tri-care santé AG
Hauptstrasse 76
3285 Galmiz
Tel.: 026 418 93 97
Mail: office@tri-care-sante.ch
Internet: www.tri-care-sante.ch

Restaurant zum Kantonsschild
Hauptstrasse 77
3285 Galmiz
Tel.: 026 418 93 96
Mail: office@kantonsschild-galmiz.ch
Internet: www.kantonsschild-galmiz.ch

5.2. Ansprechperson

Beat Fasnacht
Präsident Stiftung deStarts / CEO Tri-Care Santé und Restaurant zum Kantonsschild
Tel.: 026 672 90 89
Mail: fasnacht@almedica.ch

5.3. Stiftungs- und Beirat

Stiftungsrat: Beat und Gaby Fasnacht-Müller; Daniel Lehmann; Monika Eberhard; Dr. Hans-Peter Roost; Angela Fasnacht; Thierry Fasnacht; Christoph Fasnacht.

Beirat: Prof. Dr. Dr. Hannes Wildhaber; Prof. Thomas von Ungern-Sternberg; Dr. Andreas Walker; Dr. jur. Christoph Joller.