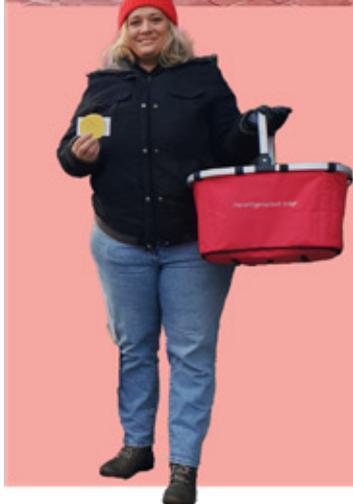




Internationaler Tag der Freiwilligen  
OFFA 2025: «Wir bringen das freiwillige Engagement zum Fliegen!»



**Inhaltsverzeichnis**

**Seite 3**  
benevol good news/  
OFFA

**Seite 4**  
benevol-shop.ch

**Seite 5**  
benevol-jobs.ch

**Seite 6 & 7**  
Tag der Freiwilligen

**Seite 8**  
Blick in die Region Thurgau

**Seite 9**  
Blick in die Region Zürioberland

**Seite 10**  
Impulstag

**Seite 11**  
Veranstaltungskalender

**Seite 12**  
«jung & engagiert»

## Liebe Leserinnen & Leser

Freiwillige leisten in der Schweiz jedes Jahr Millionen Stunden unbezahlte Arbeit – ein Engagement, das unbezahlbar ist. Zum Internationalen Tag der Freiwilligen hat benevol Thurgau dieses wertvolle Wirken mit einer süsssen Geste gewürdigt: Rund um den 5. Dezember wurden 1000 Schoggi-Goldtaler im Thurgau verteilt, um den zahlreichen Freiwilligen «Dankeschön» zu sagen und ihre wertvolle Arbeit ins Rampenlicht zu rücken.

Auch für benevol-jobs.ch war 2024 ein herausragendes Jahr: Mehr als 6000 neue Freiwillige konnten in der ganzen Schweiz vermittelt werden, und die Plattform zählte über 1.2 Millionen Besucherinnen und Besucher. Besonders in der Ostschweiz verzeichnet die grösste Freiwilligen-Plattform der Schweiz stetig steigende Zahlen.

In dieser Ausgabe erwarten Sie weitere spannende Geschichten aus der Welt der Freiwilligenarbeit in den benevol-Regionen St. Gallen, Thurgau und Zürioberland. Viel Freude beim Lesen!

Redaktionsteam

benevol news



Vom 9. bis 13. April 2025 wird die OFFA in St. Gallen erneut zum lebendigen Treffpunkt – und die Freiwilligenarbeit steht dabei im Rampenlicht. Unter dem Motto «Wir bringen das freiwillige Engagement zum Fliegen!» lädt benevol St.Gallen dazu ein, sich über spannende Einsatzmöglichkeiten zu informieren und direkt aktiv zu werden.

Ob spontane Hilfe in der Nachbarschaft oder langfristiges Engagement in Vereinen und Organisationen – hier findet jeder die passende Aufgabe. Am Messestand in der Olma-Halle 9.1.A stehen Ansprechpartner bereit, die Fragen beantworten und Einblicke in die vielfältige Welt des freiwilligen Engagements geben.

Mit an Bord sind: benevol St.Gallen, die Dargebotene Hand Ostschweiz/FL, die Evangelisch-reformierte Kirche des Kantons St.Gallen und das Bistum St.Gallen. Sie alle bieten Menschen jeglichen Alters vielfältige Möglichkeiten, sich als Freiwillige zu engagieren und aktiv am gesellschaftlichen Leben mitzuwirken.

Bereits zum sechsten Mal organisiert benevol St.Gallen diesen Auftritt an der OFFA. Als Netzwerk von rund 300 gemeinnützigen Organisationen und Vereinen vermittelt benevol St.Gallen freiwillige Helfer und setzt sich für deren Anerkennung und Förderung ein. «Unser Ziel ist es, die Vielfalt des freiwilligen Engagements sichtbar zu machen und neue Freiwillige für diese wertvolle Arbeit zu begeistern», sagt Daniel Steiner, Projektverantwortlicher bei benevol St.Gallen.

**Besuchen Sie uns in Halle 9.1.A – wir freuen uns auf Sie!**

Jetzt

**OFFA -Tickets gewinnen**

**Wir verlosen 2 x 2 Eintritte für die OFFA 2025**

Erleben Sie die 47. OFFA vom 9. bis 13. April 2025 hautnah, und lassen Sie sich von der einzigartigen Atmosphäre begeistern: Wir verlosen 2 x 2 Eintritte. So nehmen Sie an der Verlosung teil: Einfach den QR-Code scannen, Formular ausfüllen und absenden.



**Impressum**

**Herausgeberin**

**benevol St.Gallen**  
benevolpark  
St. Leonard-Strasse 45  
9000 St.Gallen  
info@benevol-sg.ch  
www.benevol-sg.ch

**benevol Thurgau**  
Freistrasse 10  
8570 Weinfelden  
Tel. 071 622 30 30  
info@benevol-thurgau.ch  
www.benevol-thurgau.ch

**benevol Zürioberland**  
benevolpark  
St. Leonard-Strasse 45  
9000 St.Gallen  
info@benevol-zuerioberland.ch  
www.benevol-zuerioberland.ch

# Für Regen-Trotzer und Taschen-Träger

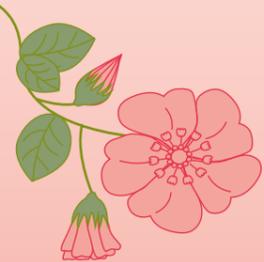
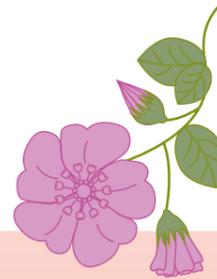
## Nachhaltige Geschenke für Freiwillige aus dem benevol-shop.ch

Die Tage werden spürbar länger, die ersten Knospen brechen auf, und die Natur steht in den Startlöchern – der Frühling klopft an die Tür! Eine wunderbare Gelegenheit, den freiwilligen Helferinnen und Helfern DANKE zu sagen und dabei ein Zeichen für Nachhaltigkeit zu setzen. Im benevol-shop.ch finden Sie eine Auswahl an originellen, umweltfreundlichen Geschenkideen, die nicht nur Freude bereiten, sondern auch mit nachhaltigen Materialien punkten.

Ob praktisch für unterwegs, nützlich im Alltag oder stylisch auf dem Schreibtisch – die tollen Produkte im benevol Shop bieten für jeden Geschmack das Richtige.

Jetzt bestellen, Wertschätzung zeigen und den Frühling geniessen – mit nachhaltigen Geschenken aus dem benevol-shop.ch!

Hier geht's zu unserem Shop



22.50

Mini-Taschenschirm  
«Freiwilligenarbeit schützt»



Bambus-Schreibtisch  
«Freiwilligenarbeit macht vieles einfacher»

21.80



Washybag  
«Freiwilligenarbeit ist nachhaltig unterwegs»

7.50



## benevol-jobs.ch vermittelt 2024 über 6000 neue Freiwillige und verzeichnet beeindruckende Erfolge

Das Jahr 2024 war für benevol-jobs.ch ein voller Erfolg: Über 6000 neue Freiwillige konnten schweizweit vermittelt und national rund 1.2 Millionen Besucherinnen und Besucher verzeichnet werden. Steigende Zahlen verzeichnet die grösste Freiwilligen-Plattform der Schweiz auch in der Ostschweiz.

benevol-jobs.ch, die grösste Plattform für freiwillige Helferinnen und Helfer in der Schweiz, blickt auf ein erfolgreiches Jahr 2024 zurück. Dank der starken Nachfrage und des wachsenden Interesses an Freiwilligenarbeit konnten über die Plattform mehr als 6000 motivierte neue Freiwillige gefunden werden.

Mit rund 1.21 Millionen Besucherinnen und Besuchern auf benevol-jobs.ch im Jahr 2024 bestätigt sich die Plattform als zentrale Anlaufstelle für freiwilliges Engagement in der Schweiz. Besonders in der Ostschweiz erfreut sich benevol-jobs.ch grosser Beliebtheit. «Viele Vereine in den Kantonen St. Gallen und Thurgau nutzen die Plattform aktiv, um ihre freiwilligen Helferinnen und Helfer zu finden», sagt Ueli Rickenbach, Produktmanager von benevol-jobs.ch. Die aktuell über 200 publizierten Job-Inserate aus der Ostschweiz zeigen, wie stark die Plattform genutzt wird.

Ein besonderes Highlight war der Tag der Freiwilligenarbeit am 5. Dezember: An diesem Tag verzeichnete benevol-jobs.ch mit 5416 Nutzern die höchste Zugriffsrate des Dezembers und zugleich die höchste tägliche Besucherzahl seit dem 4. Januar 2024.

Auch die Medienpräsenz von benevol-jobs.ch trug im Jahr 2024 erheblich zur Bekanntheit und Akzeptanz der Plattform bei. Die kontinuierliche Erwähnung in Berichten sowie die Teilnahme an öffentlichen Anlässen wie der OFFA, dem «Tag der Gemeinden» an der OLMA 2024 oder dem Neuzuzügerapéro der Stadt St. Gallen sorgten dafür, dass das Thema Freiwilligenarbeit in der breiten Öffentlichkeit stärker wahrgenommen wurde.

Scanne den QR-Code und entdecke alle Freiwilligen-Jobs auf benevol-jobs.ch!





## Internationaler Tag der Freiwilligen – Ein Dank an alle Engagierten

Am 5. Dezember feiern wir jeweils den Internationalen Tag der Freiwilligen – eine wunderbare Gelegenheit, allen freiwillig engagierten Menschen für ihren unermüdlichen und wertvollen Einsatz zu danken. Freiwilligenarbeit ist eine tragende Säule unserer Gesellschaft. Ohne das Engagement unzähliger Freiwilliger wären viele soziale, kulturelle, sportliche und ökologische Projekte kaum denkbar und finanziell nicht umsetzbar.

Die Fachstellen von benevol setzen sich für die Sichtbarkeit und Stärkung des freiwilligen Engagements ein – nicht nur an diesem besonderen Tag, sondern das ganze Jahr über. Mit ihren Angeboten schaffen sie Grundlagen und Anerkennung für die Freiwilligenarbeit. Zum 5. Dezember lassen sich die Fachstellen immer wieder neue Aktionen einfallen, um DANKE zu sagen.

benevol Thurgau verteilte im Jahr 2024 rund um den 5. Dezember 1000 Schoggi-Goldtaler. Zunächst erhielten alle Kantonsrätinnen und Kantonsräte vor der Sitzung des Grossen Rates ein Dankeschön, anschliessend wurden die Goldtaler an verschiedenen Standorten im Thurgau an die Bevölkerung verschenkt. Unterstützt wurde die Aktion von Regierungsrat Urs Martin, den Kantonsrätinnen Marina Bruggmann und Barbara Dätwyler sowie Vertretern von Partnermitgliedern und Vorstandsmitgliedern. Die positive Resonanz war überwältigend, und die Goldtaler wurden mit Freude entgegengenommen. Ermöglicht wurde die Aktion dank der grosszügigen Unterstützung der Müller Frauenfeld AG.

benevol St.Gallen öffnete die Tore des benevolparks und lud zu einem geselligen Anlass mit Punsch und guten Gesprächen ein. Zahlreiche Besucherinnen

und Besucher folgten der Einladung und nutzten die Gelegenheit zum konstruktiven Austausch.

### Warum Freiwilligenarbeit so wertvoll ist

Freiwilliges Engagement ist keine Selbstverständlichkeit – umso bedeutender ist es, dass Menschen sich dennoch unentgeltlich für andere einsetzen. Dabei ist freiwilliges Engagement nicht nur ein Akt der Nächstenliebe, sondern bringt auch persönliche Vorteile: Wer sich engagiert, erfährt Anerkennung, gewinnt neue Perspektiven und erlebt Sinnhaftigkeit. Freiwilligenarbeit stärkt das soziale Miteinander, fördert den Zusammenhalt und trägt zu einer gerechteren Welt bei.

### Freiwilligenarbeit als Fundament der Gesellschaft

In einer Welt, die zunehmend von Individualismus und globalem Wandel geprägt ist, stellt freiwilliges Engagement einen wichtigen Gegenpol dar. Es bewahrt und fördert menschliche Werte wie Fürsorge, Gemeinschaft und Solidarität. Zudem hilft es, gesellschaftliche Herausforderungen zu bewältigen, indem es Brücken zwischen Menschen baut und nachhaltige Lösungen ermöglicht.

### Machen Sie mit!

Ob im sozialen Bereich, im Sport, im Umweltschutz oder in der Kultur – jede und jeder kann sich einbringen. Der Internationale Tag der Freiwilligen ist nicht nur ein Anlass, um DANKE zu sagen, sondern auch, um neue Impulse zu setzen. Vielleicht ist jetzt genau der richtige Moment, sich selbst ehrenamtlich zu engagieren und Teil dieser wertvollen Bewegung zu werden?

«Freiwilligenarbeit ist ein unverzichtbarer Bestandteil der palliativen Arbeit, da sie emotionale Unterstützung, Nähe und Zeit schenkt. Ehrenamtliche tragen dazu bei, Lebensqualität zu schaffen und ermöglichen individuelle Zuwendung, die den Betroffenen, die Angehörigen und Bezugspersonen spürbar entlastet. Ihre Arbeit verdient besondere Sichtbarkeit und Wertschätzung, da sie eine tiefe Menschlichkeit in herausfordernden Lebensphasen sichtbar macht.»

«Freiwilligenarbeit ist eine sehr wichtige Stütze unseres gesellschaftlichen und sozialen Lebens im Kanton Thurgau. Es ist eine Arbeit, welche ohne Lohn und offizielle Anerkennung im beruflichen Portfolio auskommen muss. Deshalb ist äusserst wichtig das Organisationen wie Benevol diese Arbeit sichtbar und für uns alle wahrnehmbar machen sowie unser aller Dank an die Freiwilligen aussprechen und honorieren. Das möchte ich unterstützen mit meinem Dank an die Freiwilligen.»



Barbara Dätwyler  
Kantonsrätin TG &  
Stadträtin Frauenfelddienst Thurgau



Marina Bruggmann  
Kantonsrätin TG &  
Geschäftsleiterin Hospizdienst Thurgau



## Erfolgreiche Saison der Vereinsschmiede-Impulsabende

Im Jahr 2024 fanden fünf Impulsabende im Kanton Thurgau statt, an denen insgesamt 143 Vorstandsmitglieder teilnahmen:

36 Personen aus Gesellschaftsvereinen

54 Personen aus Kulturvereinen

53 Personen aus Sportvereinen

Auch 2025 wird die erfolgreiche Zusammenarbeit zwischen dem Kanton Thurgau (Sportamt & Kulturamt) und benevol Thurgau fortgesetzt. Die wertvollen Impulsabende werden erneut in allen fünf Bezirken organisiert.

Hanu Fehr (Sportamt Kanton Thurgau) und Conny David (benevol Thurgau) halten inspirierende Impulsreferate zu den Themen «Ungenutztes Potenzial aktivieren» sowie «Vereinsleben im Wandel – Chancen nutzen, Zukunft gestalten».

Im Anschluss folgt ein reger Austausch in der «Vereinswerkstatt», moderiert von den beiden Referenten.

## Mitgliederversammlung benevol Thurgau 2025

Die Mitgliederversammlung 2025 findet am Dienstag, 29. April 2025, im Genossenschafts-Alterszentrum Kreuzlingen statt. In diesem Jahr stehen die Erneuerungswahlen für den Vorstand sowie die beiden Revisoren auf der Traktandenliste.

Nach 13 Jahren als Präsident von benevol Thurgau tritt Paul Engelmann nicht mehr zur Wahl an. Wir würdigen sein langjähriges, engagiertes Wirken und verabschieden ihn an diesem Abend aus seinem Amt mit grossem Dank.

Die Nachfolge wurde vorausschauend geplant: Bereits im Jahresbericht 2023 wurde darüber informiert, und im Strategie-Meeting 2024 wurde aktiv nach einer nachhaltigen Lösung für die Zukunft von benevol Thurgau gesucht.

Umso mehr freut es uns, eine starke Doppelspitze als Co-Präsidium zur Wahl stellen zu können:

Sandro Reuss (seit 2023 im Vorstand)

Jasin Ilkbahar (seit 2024 im Vorstand)

Beide bringen wertvolle Erfahrungen und neue Perspektiven mit, um unsere Fachstelle zukunftsorientiert weiterzuentwickeln. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und darauf, gemeinsam mit ihnen neue Impulse zu setzen.

Erfreulicherweise stellen sich der restliche Vorstand sowie die beiden Revisoren für eine weitere Amtsperiode von zwei Jahren zur Verfügung.

## Digitalisierung in Vereinen: Erfolgreiche Ansätze und praxisnahe Tipps

Mitte November fand im Stadthaus Uster eine Veranstaltung zur Digitalisierung in Vereinen statt. Vereinsmitglieder und Interessierte erhielten praxisnahe Einblicke in Herausforderungen und Lösungen der digitalen Transformation.

Referent Ueli Rickenbach von benevol zeigte am Beispiel des Projekts «benevolpark», wie digitale Lösungen die Vereinsarbeit effizienter und nachhaltiger gestalten können. Dabei erläuterte er konkrete Schritte und Erfahrungen aus der Praxis. Ulrike Lie-

bert, Vertreterin der Fachgruppe Smart Generations von swissICT, präsentierte strategische Ansätze für die Planung und Umsetzung von IT-Projekten in Vereinen und gab wertvolle Tipps für eine erfolgreiche Digitalisierung.

Die Teilnehmenden nahmen viele Impulse für ihre eigenen digitalen Projekte mit. Die positive Resonanz zeigte, wie gross das Interesse am Thema ist. Im Anschluss bot sich die Gelegenheit, offene Fragen mit den Referierenden zu besprechen.



## Neue Kursreihe von benevol Zürioberland in Wetzikon

benevol Zürioberland startet in Wetzikon eine neue Kursreihe, die wertvolles Wissen zu Vereinsführung, Fundraising und Kommunikation vermittelt. Ziel ist es, freiwilliges Engagement nachhaltig zu stärken und Herausforderungen souverän zu meistern. Ein besonderes Highlight ist der Kurs «Auftrittskompetenz: Selbstsicher auftreten und präsen-

tieren», der am Montag, 5. Mai, von 9:30 bis 15:00 Uhr im Pfarreizentrum Heilig Geist stattfindet. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, eine frühzeitige Anmeldung wird empfohlen.

Anmeldung und Infos



## Gemeinsam die Zukunft der Freiwilligenarbeit in Egg gestalten

Ende November fand im Hirschensaal Egg eine Mitwirkungsveranstaltung zur Zukunft der Freiwilligenarbeit für Seniorinnen und Senioren statt. Rund 50 Teilnehmende kamen unter dem Motto «Komm, mach mit – gestalte die Zukunft der Freiwilligenarbeit» zusammen, um Herausforderungen zu diskutieren und neue Ideen zu entwickeln.

Der Anlass wurde von Stefan Tittmann von der Agentur projektforum.ch moderiert, in Zusammenarbeit mit Ueli Rickenbach von benevol (Foto).

Ein Input-Referat von Ueli Rickenbach lieferte wertvolle Denkanstösse, die in den anschliessenden Workshops aufgegriffen wurden. Die Teilnehmenden identifizierten Lücken im bestehenden Angebot und entwickelten Ansätze zur besseren Vernetzung und Ergänzung bestehender Initiativen. Die Diskussionen waren lebhaft, engagiert und zielorientiert – für eine starke Gemeinschaft.

Ein zentrales Anliegen war, die soziale Teilhabe älterer Menschen durch Freiwilligenarbeit zu stärken. Die Veranstaltung markiert einen wichtigen Schritt in der Umsetzung der neuen Alterspolitik der Gemeinde Egg. Die gesammelten Ergebnisse werden nun ausgewertet und fliessen in die weiteren Planungen ein – ein bedeutender Schritt für eine engagierte und zukunftsorientierte Freiwilligenarbeit.



# Impulstag benevol

## 4. April 2025 Rapperswil-Jona

### Einladung zum Impulstag benevol 2025: Gemeinsam Impulse setzen für das freiwillige Engagement

Am Freitag, 4. April 2025, lädt benevol zum Impulstag an der OST - Ostschweizer Fachhochschule in Rapperswil-Jona ein. Von 13:00 bis 18:00 Uhr wird die Aula zur lebendigen Plattform für Austausch und Inspiration im Bereich des freiwilligen Engagements.

Wie begeistern wir Menschen für freiwilliges Engagement? Wie können wir Konflikte in der Zusammenarbeit mit Freiwilligen konstruktiv angehen? Und welche Rolle spielen künstliche Intelligenz und digitale Tools im Freiwilligensektor? Diese und weitere Fragen stehen im Mittelpunkt des Impulstages 2025. Anstatt traditioneller Vorträge werden die Teilnehmenden in interaktiven Formaten gemeinsam Lösungen entwickeln, Erfahrungen austauschen und sich gegenseitig inspirieren. Denn wir sind überzeugt: Jede und jeder bringt wertvolles Wissen und Erfahrung mit!

Der Impulstag richtet sich an Verantwortliche von Freiwilligenorganisationen, Gemeindevertreterinnen und -vertreter, Mitarbeitende in Vereinen sowie freiwillig engagierte Privatpersonen. Nutzen Sie die Gelegenheit, um aktuelle Herausforderungen zu diskutieren, innovative Ansätze zu präsentieren und voneinander zu lernen.

Weitere Informationen und Anmeldung hier



## Veranstaltungen benevol

### Impulstag benevol 2025

4. April 2025 | 13.00 bis 18.00 Uhr  
Rapperswil-Jona



### Mitgliederversammlung benevol Thurgau

29. April 2025 | ab 18.00 Uhr  
Kreuzlingen



### Kurs: Auftrittskompetenz: Selbstsicher auftreten und präsentieren

5. Mai 2025 | 9.30 bis 16.00 Uhr  
Wetzikon

*Härestoh und  
en Idruck  
hinderloh*

### Kurs: Effizient und professionell protokollieren

6. Mai 2025 | 09.00 bis 16.00 Uhr  
online

*Suber  
dokumentiert*

### Kurs Digitale Zusammenarbeit meistern

13. Mai 2025 | 17.30 bis 20.30 Uhr  
online

*Zämä schaffed  
mir da*

### Kurs benevol-jobs.ch erfolgreich nutzen

21. Mai 2025 | 11.45 bis 13.00 Uhr  
online

*Meh  
Bewerbige  
dank  
attraktive  
Inserat*



Weitere Veranstaltungen und Informationen unter

[benevolpark.ch](https://benevolpark.ch), [benevol-sg.ch](https://benevol-sg.ch) und [benevol-thurgau.ch](https://benevol-thurgau.ch)

# «Es erfüllt mich anderen Menschen dabei zu helfen, ihren Weg aufzubauen.»

Sie leiten Lager, engagieren sich in einem Verein, trainieren Kinder, kümmern sich um den Umweltschutz oder stellen Projekte auf die Beine: Junge Erwachsene übernehmen Verantwortung und gestalten die Welt mit. In unserer Serie «jung & engagiert» zeigen sie ihr freiwilliges Engagement. Heute mit Mohadese Alavi (22) vom Jugendrotkreuz Kanton St.Gallen.

## Wo leistest du freiwilliges Engagement und wie viel Zeit investierst du?

Ich leiste mein freiwilliges Engagement beim Schweizerischen Roten Kreuz, genauer gesagt beim Jugendrotkreuz. Wie viel Zeit ich investiere ist sehr abhängig davon, wie beschäftigt ich in meinem privaten und beruflichen Leben bin und auf welchen Aspekt ich meinen Fokus legen muss. Trotzdem versuche ich, mir jede Woche zwei bis drei Stunden Zeit dafür zu nehmen.

## Weshalb engagierst du dich?

Meine Familie und ich haben ebenfalls einen Migrationshintergrund und mussten uns anfangs in einem fremden Land zurecht finden. Weil ich aus eigenen Erfahrungen weiss, wie angespannt und abgesondert man sich zu Beginn fühlt und jede Unterstützung willkommen heisst, engagiere ich mich. Ich möchte den Menschen meine Hilfe anbieten, Erfahrungen austauschen und mein erworbenes Wissen über die Jahre mit ihnen teilen.

## Erzähl uns noch ein paar prägende Erlebnisse.

Im Projekt «Landegg» besuchen wir die Jugendlichen, die im Internat leben, einmal im Monat und unternehmen verschiedene Aktivitäten mit ihnen. Bei einem der ersten Besuche fiel mir auf, wie ein Junge, ausgestattet mit einer Schere, den anderen Jungs nacheinander neue Frisuren verpasste, um so sein Taschengeld aufzubessern. Dieses Erlebnis empfand ich als besonders eindrücklich und es ist mir bis heute im Gedächtnis geblieben.

## Wie bringt dich dein Engagement persönlich voran?

Die verschiedenen Kulturen und Sprachen interessieren mich besonders. Dadurch kann ich so viel über eine Person lernen. Ausserdem konnte ich wertvolle Kontakte mit anderen Freiwilligen knüpfen und meine Erkenntnisse mit ihnen teilen. Es erfüllt mich einfach anderen Menschen dabei zu helfen, ihren Weg aufzubauen und ihn danach individuell zu gehen. Zudem lerne ich als grosse Schwester mehr Verantwortung in meinem Leben zu übernehmen und setze für meine jüngeren Geschwister damit ein Zeichen.

## Welche Vereine und Organisationen findest du sonst noch bewundernswert?

Über andere Organisationen bin ich nicht informiert. Aus diesem Grund bewundere und unterstütze ich vorwiegend die Projekte des Roten Kreuzes, sei es national oder international. 😊



Mohadese Alavi (22),  
Jugendrotkreuz Kanton St.Gallen