

# Der Verein «Zämu si» tritt gegen die Einsamkeit an

In Brig setzt sich der Verein «Zämu si» aktiv gegen Einsamkeit ein und bietet ein Abendprogramm für psychisch Erkrankte an.

Nathalie Benelli

Einsamkeit wird zunehmend als neue Volkskrankheit bezeichnet. Für Menschen mit psychischen Erkrankungen ist das Risiko, sich zurückzuziehen und zu vereinsamen, noch grösser als für jene ohne mentale Beeinträchtigungen. Genau hier wollen Salomé Häberli und Daniel Schmid ansetzen. Gemeinsam haben sie den Verein «Zämu si» gegründet – mit dem Ziel, der Isolation aktiv etwas entgegenzusetzen.

Einmal pro Woche möchte der Verein ein Abendprogramm im Raum Brig speziell für Menschen mit psychischen Erkrankungen anbieten. Daniel Schmid kennt die Wirkung solcher Treffen aus eigener Erfahrung: Er hat selbst an den Abendprogrammen des Psychiatriezentrums Oberwallis (PZO) teilgenommen. «Die Begegnungen mit anderen Betroffenen haben mir sehr geholfen. So sind auch Freundschaften entstanden.» Inzwischen hat er die Ausbildung zum Peer absolviert – eine Qualifikation für Menschen, die selbst eine psychische Krise durchlebt haben und gelernt haben, ihre Erfahrungen gezielt zur Unterstützung anderer einzusetzen.

### Niederschwelliges Angebot schaffen

Warum es zusätzliche Angebote braucht, erklärt er so: «Für das PZO-Abendprogramm ist eine ärztliche Verordnung notwendig, und die Nachfrage ist so hoch, dass es Wartelisten gibt.» «Zämu si» möchte deshalb ein niederschwelliges Angebot schaffen – ohne ärztliche Verordnung, ohne Krankenkassengutsprachen und offen für



Salomé Häberli und Daniel Schmid sind die Initianten des Vereins «Zämu si».

Bild: pomona.media

alle. Salomé Häberli, die im Herbst ebenfalls die Peer-Ausbildung beim Verein myPeer.ch beginnt, betont: «Die Leiterin der PZO-Abendprogramme unterstützt unser Vorhaben. Wir sehen uns nicht als Konkurrenz, sondern als Ergänzung zum bestehenden Angebot.»

Auch für sie selbst waren die Abendprogramme entscheidend. «Sonst wäre ich wohl in eine Abwärtsspirale aus Einsamkeit, Rückzug und Isolation geraten. In den Gruppen fühlte ich mich angenommen.» Der Austausch unter Betroffenen sei ein zentraler Faktor: «Alle wissen, wovon man spricht, wenn man von einer Krise erzählt. Nie-

mand muss sich erklären oder fürchten, nicht verstanden oder ausgegrenzt zu werden.»

Das geplante Programm ist vielfältig: Spieleabende, Basteln, Filmvorführungen, Spaziergänge oder ein gemeinsamer Grillplausch. Bis zu zwölf Personen sollen pro Abend teilnehmen können. «Viele Betroffene leben von der Sozialhilfe oder beziehen eine IV-Rente. Teure Freizeitangebote können sie sich oft nicht leisten», sagt Daniel Schmid. Darum gilt ein sozial abgestuftes Tarifsystm von neun bis 15 Franken pro Abend. Da der Verein für die Veranstaltungen von 18.00 bis 20.30 Uhr Räumlichkeiten mieten muss, sucht er

derzeit noch Spenderinnen und Spender. «Sobald wir die wöchentliche Miete von 48 Franken decken können, legen wir los», so Schmid. Ein Start im Herbst sei realistisch.

Interessierte können sich direkt bei ihm anmelden. Kontaktinformationen und Details zum Verein «Zämu si» finden sich auf der Website [deinpeer-wallis.ch](http://deinpeer-wallis.ch). Teilnehmerinnen und Teilnehmer müssen vorab ein Formular unterzeichnen, mit dem sie die Veranstalter von der Schweigepflicht entbinden. «Grundsätzlich gilt für uns die Schweigepflicht. Die Entbindung der Schweigepflicht kommt nur dann zur Anwendung, wenn es um Selbst-

oder Fremdgefährdung geht. Das ist wichtig, damit wir im Notfall Angehörige oder Hilfsdienste informieren können. Als Peers haben wir aber auch gelernt, viele Situationen allein durch Gespräche aufzufangen.» Ein weiterer Vorteil: Die Abende werden immer von zwei Personen geleitet. So kann sich bei Bedarf eine auf die Gruppe konzentrieren, während die andere ein Einzelgespräch führt.

Salomé Häberli spricht offen über ihre Borderline-Störung und Depressionen, Daniel Schmid über seine bipolare Erkrankung. Sie beide wissen, was es bedeutet, mit einer psychischen Erkrankung zu leben. «Unsere Motivation ist es, andere Menschen zu unterstützen und der Gesellschaft etwas zurückzugeben», sagt Schmid.

### Ideen für die Zukunft schon bereit

Der Verein «Zämu si» ist bereits in den sozialen Medien präsent, und erste Interessierte haben sich gemeldet. Sollte das Abendprogramm erfolgreich anlaufen, könnten sich die beiden vorstellen, künftig zwei Gruppen mit je maximal zwölf Teilnehmenden anzubieten. Dafür bräuhete es jedoch mehr Ressourcen – und weitere Betroffene, die bereit sind, sich im Verein zu engagieren.

Am 10. Oktober, dem Tag der psychischen Gesundheit, wollen Häberli und Schmid auf dem Stadtplatz in Brig präsent sein – bei Kaffee und Kuchen informieren sie über den Verein «Zämu si» und hoffen auch auf Unterstützung. Salomé Häberli lächelt: «Und natürlich würden wir uns über jede Spende freuen.»

## Studienerfolg



**Stalden/Kreuzlingen** Dajana Venetz, Tochter des Richard und der Emma Venetz-Lorenz, hat mit Erfolg den Master of Advanced Studies in Leadership & Management IAP (Zürich) abgeschlossen. Die Familie gratuliert ihr zu diesem Erfolg und wünscht ihr in ihrer neuen Funktion als Leiterin Betriebe Alterszentren der Stadt Winterthur und somit neu Mitglied der Geschäftsleitung sowie Stellvertretung des Leiters Alter und Pflege ab September 2025 alles Gute, viel Freude und Erfolg.

## Obligatorisches in Visp

**Visp** Die Sportschützen Visp-Eyholz bieten allen Schützen am Mittwoch, 27. August, von 17.30 bis 19.00 Uhr auf der Schiessanlage Riedertal in Visp die Gelegenheit, das Obligatorische zu absolvieren. Persönliche Aufforderung sowie ID, Gehörschutz und Schiessbüchlein sind mitzubringen. (wb)

## Alter aktiv

### Mittagstisch

**Gampel-Niedergampel**  
**Datum:** Freitag, 29. August. – **Zeit und Ort:** 12.00 Uhr im Restaurant Tourist. – **Anmeldung:** bis 20.00 Uhr im jeweiligen Restaurant. – **Leitung:** Marie-Therese Bitz.

### Wandergruppe Brig/Visp und Umgebung

**Datum:** Dienstag, 2. September. – **Abfahrt:** 9:18 Uhr. – **Ankunft:** 18:13 Uhr. – **Route:** Oberdorf – Verenaschlucht – Solothurn. – **Schwierigkeit:** \*. – **Dauer:** 2 h 10. – **Beschrieb:** Aufstieg 25 m, Abstieg 245 m, Distanz 8 km. – **Höchster Punkt:** 654 m. – **Besonderes:** Besuch der Verenaschlucht. – **Verpflegung:** aus dem Rucksack. – **Billet:** sind Sache der Teilnehmer. (Wohnort-Oberdorf SO / Solothurn-Wohnort). – **Anmeldung:** bis 1. September beim Sekretariat Pro Senectute Visp. – **Leitung:** Marcelline Petrus.

### Wandergruppe Gampel und Umgebung

**Datum:** Mittwoch, 3. September. – **Route:** rund um den Mattmarksee. – **Abfahrt:** 9.21 Uhr Gampel Zentrum. – **Ankunft:** 17.01 Uhr Gampel Zentrum. – **Dauer:** 2 h. – **Schwierigkeit:** \*. – **Beschrieb:** Aufstieg 103 m, Abstieg 103 m, Distanz 7,9 km. – **Höchster Punkt:** 2248 m. – **Billette:** Gruppenbillett wird organisiert. – **Anmeldung:** per WhatsApp oder telefonisch bei der Wanderleitung bis 1. September, 20.00 Uhr. – **Leitung:** Joseph Genoud.

# Grande Dixence: 20 Gemeinden gründen Verein

Die Konzessionsgemeinden der Grande Dixence SA und der Kanton Wallis wollen klare Strukturen schaffen.

Am 31. Dezember 2044 läuft die Wasserrechtskonzession der Grande Dixence SA aus. Wie aus einer Mitteilung hervorgeht, habe dies zur Folge, dass die Wassernutzung neu geregelt werden muss. Der Kanton Wallis und die Gemeinden wollen für die Zukunft rechtzeitig klare Strukturen schaffen, damit, wie es weiter heisst, «die regionale Wertschöpfung und die Mitbestimmung bei der künftigen Nutzung sichergestellt sind».

Daher haben sich insgesamt 20 Gemeinden aus dem Mattertal, dem Eringertal sowie weitere beteiligte Konzessionsgemeinden und der Kanton Wallis zusammengeschlossen und einen Verein gegründet. Mit dieser Struktur werde ein wichtiger Meilenstein für eine künftige stärkere Mitwirkung der Konzessionsgemeinden und des Kantons Wallis an

der Nutzung der Wasserkraft gesetzt.

Die neue Gesellschaft werde ihren Sitz in der Gemeinde Evolène haben, welche im Mittelwallis die grössten Anteile an den Wasserrechten hält. Der Vorstand des Vereins bestehe aus fünf Mitgliedern: den jeweiligen Gemeindepräsidentinnen bzw. -präsidenten der nach Wasserrechten grössten Einwohnergemeinden Zermatt, Evolène und St. Niklaus sowie der Einwohnergemeinde Hérémence als Standortgemeinde der Staumauer sowie schliesslich einem vom Staatsrat ernannten Vertreter des Kantons. Namentlich wird der erste Vorstand entsprechend bestehen aus Romy Biner-Hauser, Virginie Gaspoz, Michael Kalbermatter, Grégory Logean und Pascal Hänggi.

Das Präsidium werde als Co-Präsidium wahrgenommen und

setzt sich aus den Präsidenten bzw. Präsidentinnen der Einwohnergemeinden Zermatt und Evolène zusammen. Also aktuell: Romy Biner-Hauser und Virginie Gaspoz.

Wie die Verantwortlichen weiter schreiben, sei die Gründung ein erster wichtiger Meilenstein und bilde den Auftakt zu einer Reihe von ersten Massnahmen. Dazu gehören etwa der Aufbau einer Geschäftsstelle, die Begleitung von Studien und Expertengutachten zur Bewertung der bestehenden Infrastruktur und von Projekten aus der Sicht der Konzedenten und die Etablierung als permanente Ansprechstelle für die heutige Konzessionärin Grande Dixence SA.

Weiter wolle man die Informationen, die Kommunikation und die Einbindung der Bevölkerung über die Urversammlung vereinheitlichen.

Ein zentrales Element der künftigen Wasserkraftstrategie sei der Mehrzweckspeicher Gornierli in Zermatt, schreiben die Verantwortlichen. Das Vorhaben sei ein Projekt des Runden Tisches Wasserkraft und solle vollständig in die bestehende Infrastruktur der Grande Dixence integriert werden. Der Gornierli-Speicher soll sowohl der Stromproduktion als auch dem Hochwasserschutz und der Trinkwasserversorgung dienen.

Das Projekt hänge jedoch von mehreren Faktoren ab, ist man sich bewusst. Insbesondere vom Verlauf aller Verfahrensschritte und der Zustimmung der Bevölkerung sämtlicher Konzessionsgemeinden sowie des Kantons Wallis. Zu den kommenden Aufgaben der Vereinigung gehörten die gemeinsame Vertretung der Interessen aller Konzedenten gegenüber der heu-

tigen Konzessionärin, was unter anderem in die Erarbeitung der Zusatzkonzession sowie die Restwertvereinbarung für den Mehrzweckspeicher Gornierli einfließen werde.

Betreffend die Infrastruktur Dixence-Cleuson, welche die Wasser der Première Dixence, des Chennaz und der Printze nutzt, sei die Laufzeit der Konzessionen zugunsten der Dixence Cleuson AG auf den 31.12.2031 harmonisiert worden, heisst es abschliessend.

Um die Frage der Rückgabe der Konzessionen zu klären, haben sich die Konzessionsgemeinden der Première Dixence und Cleuson bereits im Jahr 2021 in Form einer einfachen Gesellschaft mit der Bezeichnung «Retour Dixence - Cleuson 2031» zusammengeschlossen. Diese einfache Gesellschaft werde weiterhin bestehen bleiben. (brm)