



AMICA Schweiz,  
Postfach, 4102 Binningen 2, Tel 061/421 81 08, PC 40-343638-2, e-mail info@amica-schweiz.ch

## Versöhnungspreis für «Tanzend Frieden finden»



An der Preisverleihung im Missionshaus Basel präsentieren Andrea von Bidder (rechts) und Elisabeth Partyka AMICA; das Dia-Bild zeigt Friedentänze in Tuzla, links die Tanzleiterin Tenzila Hujdur.

Mit den «Universellen Friedentänzen» hat Amica 1996 die Arbeit in Tuzla begonnen. Dank Kreistänzen aus allen Weltreligionen, namentlich auch regionalen Volkstänzen mit muslimischem, kroatisch-katholischem sowie serbisch-orthodoxem Hintergrund gelingt es immer wieder, Frauen, Kinder und auch Männer der verschiedenen Ethnien einander näher zu bringen. Der erste Kurs begann mit viel Misstrauen unter den Teilnehmerinnen. Nach fünf Tagen waren viele Barrieren gefallen, und in der Kaffeerunde, die nach jedem Seminar stattfindet und zum „Programm“ gehört, hätten Aussenstehende nicht mehr beurteilen können, wer welcher Volksgruppe angehört. Der gemeinsame Rhythmus,

das Singen und die Schwingungen im Raum hatten grossen Frieden ausgestrahlt. Seither wissen sich Teilnehmende von universellen Friedentänzen eingebunden in einer alles umfassenden Einheit. Die Stiftung S.E.R Foundation hat AMICA Schweiz für das Projekt «Tanzend Frieden finden» den Versöhnungspreis 2011 verliehen und bei der Übergabe so begründet: *Uns, als Jury, hat es zutiefst beeindruckt und berührt, wie mit so einfachen Mitteln, wie Musik und Tanz, die durch den Krieg erstorbene Kommunikation wieder zum Leben erweckt werden kann. Musik und Tanz als universelle Ausdrucksmittel stellen die Verbindung wieder her, die über Jahre des Schweigens,*

*Misstrauens und des Krieges zwischen verfeindeten Ethnien, Kulturen und Religionen abgeschnitten war. Durch diese Arbeit wird es möglich, dass zum Beispiel Aussagen zu hören sind, wie die einer Katholikin nach der Teilnahme an einem (muslimischen) Sufi-Tanz: „Dieser Tanz ist mein Lieblingstanz!“ Solche religionsübergreifenden Präferenzen wären in den ersten Jahren nach Kriegsende noch unvorstellbar gewesen.*

*Wir sind der Meinung, dass dieses Projekt wirklich eindrucksvolle Versöhnungsarbeit leistet. Durch die Heilung von Traumata werden neue Annäherungen möglich in dieser zerrissenen Gesellschaft. Und es wird deutlich, dass es oft auf beiden Seiten Opfer und Täter gibt.*

*Da hier Fachpersonal (Ärztinnen, Sozialarbeiterinnen, Lehrpersonen) ausgebildet wird, werden viele Menschen erreicht und Hilfe zur Selbsthilfe wird geleistet.*

AMICA Schweiz dankt der S.E.R Foundation für die Auszeichnung und die Überweisung von Euro 1'000.-, womit weitere Seminare mit Friedentänzen durchgeführt werden, so dass immer mehr Fachfrauen und Lehrkräfte und ihre SchülerInnen davon profitieren können.

## ÄRGER ALS ALARM – auch negative Gefühle ernst nehmen



Gefühle sind ein wichtiger Bestandteil der Seminare, die Amica Educa regelmässig durchführt. Da die Mehrheit der SeminarteilnehmerInnen psychosoziale und pädagogische Fachleute sind, überrascht es, wie wenig einige über Gefühle wissen. Obwohl die BosnierInnen als relativ offen und temperamentvoll gelten, werden unangenehme Gefühle im Alltag sehr gut versteckt oder unterdrückt.

Im Seminar **Kommunikation und Empathie** (so wird **Gewaltfreie Kommunikation** bei Educa genannt) haben Gefühle eine besondere Bedeutung. Im ersten Modul erweitern die Teilnehmenden ihren bescheidenen Wortschatz mit angenehmen und unangenehmen Gefühlen: den meisten kommen 5 bis 10 Wörter in den Sinn, um Gefühle zu beschreiben. Am Ende des Kurses kennen sie über 50.

Noch wichtiger ist, dass die Teilnehmenden durch mehrere Methoden lernen, verschiedene Gefühle zu erkennen und bei sich selbst wahrzunehmen. Gleichzeitig lernen sie auch, wie man die Gefühlsebene von der Ebene der Gedanken un-

terscheidet. Allgemein geht man fälschlicherweise davon aus, dass die Kommunikation nur auf der Ebene der Gedanken stattfindet und dass diese in der Regel für Konflikte verantwortlich sind. Die Gedanken sind allerdings meistens verbunden mit Interpretationen, Bewertungen, Urteilen, Vorurteilen und so weiter. Das Gefühl, das in der Regel bei Konflikten erscheint, ist Ärger (auch Zorn oder Wut genannt). Ärger ist das Thema des zweiten Moduls von «Kommunikation und Empathie». Kein anderes Gefühl ist so häufig Ursache von Konflikten und Gewalt, weil gerade Ärger oft aus bewertendem Denken entsteht.

Wenn wir uns von Ärger befreien wollen, dann ist es sehr wichtig, dass wir uns auf die Gedanken fokussieren. Dabei ist es wichtig, die Aufmerksamkeit auf unsere Bedürfnisse zu lenken, welche in diesem Moment unerfüllt sind. Dies wird uns helfen zu entdecken, dass hinter Ärger andere Gefühle versteckt sind, meistens geht es um Trauer, Angst, Einsamkeit... Diese Gefühle sind schwerer zu verarbeiten, daher überspringen wir sie und verbinden uns oft mit Ärger. Ärger ist ein Gefühl, mit dem wir uns in diesem Moment schützen wollen. Es gibt durchaus Situationen, wo das sinnvoll ist.

Doch um langfristig gesunde Beziehungen zu sich selbst und mit anderen zu schaffen, ist es hilfreich, Ärger als Alarm zu betrachten: Ein Alarmzeichen, das uns sagt, dass wir nicht mit uns selber verbunden sind. Wenn wir uns ganz mit den Gefühlen verbinden, die hinter unserem Ärger sind, ist es viel einfacher, eine Strategie zu finden, die unsere Bedürfnisse erfüllt und gleichzeitig ermöglicht, im Einklang mit den anderen zu bleiben.

So lernen die Teilnehmenden von

«Kommunikation und Empathie», wie sie ihren Ärger auf eine konstruktive Weise angehen können und damit ein gesundes, persönliches Arbeitsumfeld schaffen.

*Ivona Erdeljac, Programmverantwortliche von Amica Educa (Bild)*

### Teilnehmerin 1 Marketing-Managerin, 50

*Mein ganzes Leben lang dachte ich: «Ich bin eine sehr dynamische Person, die gut mit Menschen umgehen kann.» Ich betrachte mich als eine unkomplizierte Person, die ehrlich und direkt sagt, was sie im Moment wichtig findet. Dies löste allerdings oft Ärger in mir aus und ich geriet immer wieder in Situationen, die mir nicht passten. Ich beachtete nie gross, was sich hinter den verschiedenen Handlungen oder Aussagen von mir und anderen versteckte. Meine Bewertung und Beurteilung anderer schrieb ich meiner Fähigkeit zu, andere Menschen genau analysieren zu können. Seit ich im Seminar über Gewaltfreie Kommunikation wahrgenommen habe, was alles abläuft in mir und in anderen Menschen, frage ich mich, wie ich es überhaupt geschafft habe, Beziehungen mit Menschen zu unterhalten. Ich glaube, dass ich weiterhin ab und zu ärgerlich sein und manchmal sogar gleich reagieren werde wie zuvor. Aber was ich hier gelernt habe, wird mir sicherlich nützlich sein: In erster Linie spüre ich mehr Ruhe in mir selbst und gleichzeitig vermute ich, tiefere und reichere Beziehungen mit Menschen, die mir wichtig sind, aufbauen zu können.*

## In «Kommunikation und Empathie» werden Gefühle ernst genommen

Aussagen einiger Teilnehmenden nach Abschluss des zweiten Moduls im November 2012:

### **Teilnehmer 2** **Psychologe-Pädagoge, 33**

Zu lernen, dass mein Ärger mit meinen Gedanken verbunden ist und dass meine Gedanken meine Wut nähren, war für mich von großer Bedeutung. Ich erinnere mich, wie ich zuvor oft über ein Thema diskutierte und daraus ein Konflikt entstand. Obwohl ich weiß, dass es für einen Streit zwei braucht, habe ich festgestellt, dass der Konflikt durch meine Gedanken verursacht wurde, welche die andere Person mit Vorurteilen verband. In einem Rollenspiel durfte ich mein Verhältnis zu meiner Frau reflektieren. Es fiel mir äusserst schwer, meine Gedanken vom Ärger zu trennen. Auch fiel es mir sehr schwer, mit meinen Gefühlen und unerfüllten Bedürfnissen in Kontakt zu kommen. Die Gewohnheit, dass meine Gedanken mein Verhalten bestimmen, ist stark und tief in mir. Die Fähigkeit zu unterscheiden, was in mir ist und was in der anderen Person, will ich unbedingt weiter entwickeln. Aber dafür brauche ich noch viel Unterstützung und Übung. Allerdings weiß ich, dass ich auf dem richtigen Weg bin.

### **Teilnehmerin 3** **Heilpädagogin /** **Psychotherapeutin, 37**

In diesem Seminar habe ich vor allem zweierlei gelernt: Obwohl ich über persönliche Bedürfnisse schon relativ viel gewusst habe, gefällt mir die Art, mit eigenen Bedürfnissen und denen der anderen zu arbeiten. Zu wissen, dass die Erfüllung meiner Bedürfnisse nur von mir abhängt, hat bewirkt, dass ich mich noch unabhängiger und freier fühle.

Noch wichtiger finde ich den Teil des Seminars, der unsere Empathie auf uns selbst richtet. Dies war für mich ein völlig neues Konzept der psychologischen Arbeit mit Menschen. Empathie habe ich bis jetzt immer in Bezug auf andere Menschen verstanden. Heute sehe ich, wie wichtig es ist, Empathie für sich selbst zu schaffen. Nur wenn wir uns selbst genug Empathie geben, schaffen wir die Möglichkeit, uns empathisch mit anderen Menschen zu verbinden. Diese Erkenntnis und Fähigkeit wird sowohl für mich persönlich nützlich sein – zur Stärkung meiner Persönlichkeit – als auch in der psychotherapeutischen Arbeit mit meinen Klienten.

### **Teilnehmerin 4** **Sozialarbeiterin, 42**

«Ich ärgere mich nicht. Jedes Gespräch, jede Diskussion beende ich ruhig. Ich bin keine Konflikt-Person...», davon war ich überzeugt. Nach dem zweiten Modul beginne ich zu realisieren, dass ich in Wirklichkeit meinen Ärger den anderen Menschen nur nicht zeige, sondern ihn unterdrücke. Es war für mich schwer zu hören, dass dies eine Form von Gewalt gegen mich selbst ist. Aber ich musste das hören! Ich brauchte es, um zu erkennen, dass ich in Beziehungen mit anderen Menschen stets versuchte, Konflikte zu vermeiden. Dabei habe ich mich selbst und meine eigenen Bedürfnisse vergessen. Jetzt habe ich angefangen, dies langsam zu ändern. Ich habe zwar immer noch Angst vor Konflikten, aber jetzt habe ich mehr Vertrauen in mich selbst. Ich weiss jetzt, was ich tun kann, wenn ein Konflikt entsteht. Ich habe angefangen, das Verhältnis zu meinen Kindern zu ändern, ich bin nicht mehr nur eine „Service-Mutter“. Und ich bin sehr glücklich zu sehen, dass die Kinder das eigentlich gut angenommen haben. Auf der anderen Seite sind sie glücklich, wenn sie sehen, dass ich mich mehr um mich selber kümmere. Und jetzt möchte ich das Gleiche mit meinen Arbeitskollegen und meinen KlientInnen tun. Hier werde ich aber noch viel Hilfe brauchen.



*Gruppenarbeit aus einem Seminar  
«Kommunikation und Empathie»  
von 2009*



## «Ohne Hass keinen Frieden»

*Die Buchbesprechung zu Renate Metzger-Breitenfellner «Srebrenica. Und was kommt morgen?» der letzten Ausgabe der AMICA-Aktualitäten hat uns zum Psychotherapeuten Michael Schreckeis geführt. Michael Schreckeis lebt in Salzburg und arbeitet in der Sexualberatung und in freier Praxis. Der Krieg in Kroatien und Bosnien hat ihn auf Grund zahlreicher familiärer und freundschaftlicher Verbindungen auf besondere Weise beschäftigt. AMICA Schweiz hat ihn zu seiner provokativen Formulierung «Ohne Hass keinen Frieden» befragt. Hier seine ausführliche Antwort, wofür wir ihm ganz herzlich danken:*



Michael Schreckeis

Das Zitat «Ohne Hass keinen Frieden» ist nicht von mir, sondern von David Becker. Er verwendet diesen provokativen Titel in einem bahnbrechenden Werk über Psychotherapie mit Folteropfern aus Chile (David Becker: Ohne Haß keine Versöhnung: Das Trauma der Verfolgten. Freiburg. Kore, 1992). Mein Vater stammt aus dem ehemaligen Jugoslawien und ich spreche serbokroatisch. So kommt es, dass ich oft mit Menschen aus dem Balkan arbeite, viele sind schwer traumatisiert. Bei meiner Arbeit hat sich bestätigt, was Becker in Chile beobachtet hat: In der Psychotherapie bei Kriegstraumatisierten haben vor-schnelle Aufforderung zur Versöhnung keinen Platz. Die Menschen können

ja nicht vergessen, da darf ich nicht vorschnell auf Versöhnung drängen. Vielmehr stelle ich mich auf die Seite der Klienten und versuche, zusammen mit ihnen das Erlebte als solches wahrzunehmen, so schrecklich es auch war. Sie müssen mit dem Verlust von einem oder mehreren Familienangehörigen oder mit erlittenen Vergewaltigungen weiterleben. **Dabei lasse ich auch den so genannt negativen Gefühlen Raum: der Wut, dem Hass.** Ich bleibe also nicht der neutrale Therapeut, sondern bezeuge mit den Klienten das Geschehene. Ihnen ist grosses Unrecht widerfahren. Das hat bei ihnen viel Leiden ausgelöst. Das kann nicht einfach so wegtherapiert werden. In meiner therapeutischen Arbeit habe ich folgende Erfahrung gemacht: Hass ist nicht unmenschlich – er hat eine psychohygienische Funktion: Menschen, die hassen und ihre negativen Gefühle zulassen können, müssen diese weniger mit Depressionen „verarbeiten“ und leiden weniger an Organerkrankungen, stellvertretend für ihre seelischen Konflikte. Bei vielen Klienten habe ich beobachtet, dass die Vehemenz ihrer negativen Gefühle zurückging, nachdem sie sich erlaubt hatten, ihre Hassgefühle zuzulassen. Natürlich geht das nicht von heute auf morgen, ich spreche da von einer Grössenordnung von 200 - 300 Therapie-Sitzungen.

*Das Telefongespräch fand am 17.10.2012 statt, am Tag, als Karadzic in Den Haag beteuerte, er habe immer versucht, den Krieg zu verhindern... Darauf angesprochen sagte Schreckeis:*

Die grosse Masse der Täter bleibt ja unbescholten. Natürlich wäre es neben der persönlichen Begleitung der Opfer auch wichtig, dass das Unrecht offiziell und auf Regierungsebene beim Namen genannt wird und als solches verurteilt wird. Beide Schienen sind nötig für eine gelungene Versöhnung.

Immer aber gilt für mich: Als Therapeut solidarisiere ich mich, anerkenne geschehenes Unrecht und bleibe nicht neutral!

## Danke Silvia Schaub! Willkommen Angelika Torrie!

Als Silvia Schaub 2005 die Buchführung übernahm, wurde Amica Schweiz noch von der DEZA (Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit) unterstützt. Diese forderte präzise und detaillierte Abrechnungen, was Silvia mit Bravour meisterte. Gleichzeitig lernten Vorstand und Geschäftsführung, wie wichtig eine klare Buchführung für das Finden und Halten von DonatorInnen und SpenderInnen ist. AMICA Schweiz dankt Silvia Schaub für die sieben Jahre hervorragende Arbeit. Im Sommer 2012 fuhr ein Blitz in Silvias PC und zerstörte ihn. Es gelang auch dem beigezogenen Fachmann nicht, das vorhandene Buchhaltungsprogramm im neuen PC wieder zu aktivieren. So war Silvia erleichtert darüber, dass die neue Buchhalterin Angelika Torrie, die mit dem gleichen Programm arbeitet, die Aufgabe per sofort übernehmen und alle Daten von vor dem Blitzschlag übertragen konnte. Amica Schweiz heisst hiermit Angelika Torrie herzlich willkommen und dankt für ihre Bereitschaft, die Buchführung so spontan zu übernehmen.



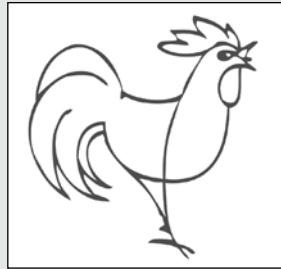
Angelika Torrie

## AMICA Schweiz dankt vielen Kirchgemeinden

Trauma-Heilung, Versöhnungsarbeit und Hilfe zur Selbsthilfe von AMICA Schweiz in Tuzla wäre ohne die langjährige Unterstützung vieler reformierter und katholischer Kirchgemeinden nicht möglich. Es ist uns deshalb ein Anliegen, den Vertreterinnen und Vertretern in Kirchenpflegen und Pfarreiräten und den Pfarrerinnen und Pfarrern aus der ganzen Schweiz ganz herzlich zu danken für das Mitfinanzieren der AMICA-Arbeit. Gerade als Ethnien übergreifende NGO freut es uns ganz besonders, dass unsere Donatoren aus reformierten UND römisch-katholischen Kirchgemeinden stammen.

Wir lassen stellvertretend **Verena Riemek** von der reformierten Kirchgemeinde Binningen-Bottmingen zu Wort kommen und fragen sie, weshalb es ihr wichtig ist, dass eine Schweizer Kirchgemeinde die Hilfe zur Selbsthilfe in Bosnien unterstützt: «AMICA Schweiz ist doch für kriegstraumatisierte Frauen und Kinder

schon kurz nach dem Bosnienkrieg gegründet worden. Mir ist wichtig, dass Menschen von hier auf diese Weise Hilfe leisten.



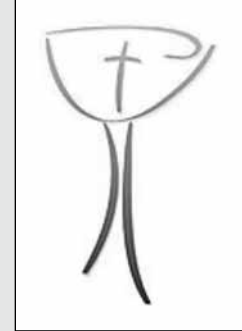
Eure Aufbauarbeit scheint den Frauen Wege zu eröffnen, auf denen sie zu eigener Lebensfreude zurückfinden.

Gerade jetzt anfangs Dezember finden wieder die 16 Tage gegen Gewalt an Frauen statt; da scheint mir AMICA einen wichtigen Beitrag zu leisten zu würdevollerem Umgang miteinander.

Die Bosnierinnen, welche die Angebote von Amica nutzen, wachsen dadurch in ein erweitertes Beziehungsnetz, das die einzelnen stärkt und gegenseitige Hilfeleistung ermöglicht.

Mich haben auch eure Berichte über

die Roma-Einsätze sehr überzeugt. In der Schule für Fremdsprachige ist mir hier im Leimental kürzlich ein Roma-Junge zugewiesen worden. Er ist nun 11 Jahre alt und besucht erstmals regelmässig einen Schulunterricht! Wenn es Amica gelingt, in Bosnien Roma-Kinder in die Schule zu holen, haben diese bestimmt viel bessere Chancen und positivere Zukunftsperspektiven als die vielen erwachsenen



Roma, die noch heute weder lesen noch schreiben können.

Ich begleite AMICA Schweiz selber gern über mehrere Jahre, weil die persönliche Anteilnahme durch die gute Informationspolitik

gewährt ist und ich die Entwicklung der Projekte miterleben kann.»

## Gruppenreise durch Bosnien – ein Erfolg



AMICA Schweiz dankt Brigitte Heckendorn ganz herzlich für ihre Initiative und ihren grossen Einsatz während der Kultur- und Begegnungsreise im Oktober. Stellvertretend für die vielen Feedbacks drei Stimmen von TeilnehmerInnen:

- Viele Eindrücke von einem schönen, aber komplizierten Land; berührende Begegnungen mit verschiedenen Facetten des Engagements; trotz belastender Geschichte eine ermutigende, prägende Reise!
- Die Reise hat mir in kurzer Zeit gezeigt, wie hoch komplex und verworren die Lage in diesem Land ist. Ich habe es geschätzt, dass die Begegnungen uns verschiedenste

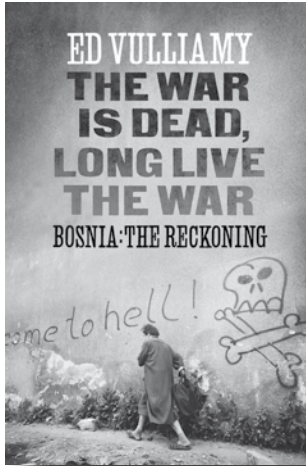
Blickwinkel und Sichtweisen vermittelten. Beeindruckt haben mich die Kraft und der Mut der Menschen, die nicht aufgeben. Wir können vieles von ihnen lernen.

- Meine Erwartungen an diese Reise wurden bei Weitem übertroffen! Noch selten habe ich in so kurzer Zeit so viele nette, tapfere und engagierte Menschen kennen gelernt. Ihre Herzlichkeit und Gastfreundschaft war sehr berührend – auch manchmal beschämend, wenn wir sehen, wie wir in der Schweiz mit Leuten aus diesen Regionen umgehen.

Mehr über die besuchten Projekte finden Sie im Internet [www.amica-schweiz.ch](http://www.amica-schweiz.ch)

## Mahnmale

*Ein Aspekt aus Ed Vulliamy: The War is Dead – Long Live the War*



Einen neuen Aspekt im Zusammenhang mit der Verarbeitung von Kriegstraumata hat mir das Buch von Ed Vulliamy eröffnet: *The War is Dead – Long Live the War, Bosnia: The Reckoning* (Der Krieg ist tot. Lang lebe der Krieg. Bosnien: Die Abrechnung. London 2012, leider nur englisch). Vulliamy hat während des Bosnienkrieges sehr viele Menschen auf allen Seiten interviewt. Mit vielen Opfern steht er noch heute in freundschaftlichem Kontakt, besucht sie in Bosnien, England, Deutschland und den

USA. Für mich neu ist, dass etliche Bosniaken, die schlimmste Kriegslager überlebt haben, nun Auschwitz, Dachau und weitere Gedenkstätten besuchen, wo an den Holocaust erinnert wird.

Eine Muslimin von Prijedor begründet: „Ich habe Auschwitz besucht. Obwohl es viele Unterschiede gibt, erinnerte es mich an Omarska, ein Gefangenenlager in der Region Prijedor. Die Deutschen liessen das Konzentrationslager so, wie es war. Es ist jetzt ein richtiges Museum. Das zeigt Respekt gegenüber denen, die dort getötet wurden. So ein Mahnmal sollte auch in Omarska stehen. Aber das kümmert in der Republika Srpska niemand. ... Wenn ich heute zurückgehe an den Ort, wo wir gefangen gehalten und vergewaltigt wurden, dann erblicke ich frisch gestrichene hübsche Büroräume, wo die Leute von Omarska arbeiten: neue Böden, neue Vorhänge, neue Pulte, an denen die Leute ihr Geld verdienen. Das sagt mir alles darüber, wie die Welt unser Schicksal anschaut. Das bedeutet Missachtung,

Respektlosigkeit und Geringschätzung gegenüber dem, was geschah. Sie wollen alles übertünchen, damit die Leute es vergessen.“

Vulliamy berichtet, dass es eine Zeit gab, als das Errichten eines Mahnmals für die Opfer von Omarska thematisiert wurde und sich viele Überlebende dafür einsetzten. So auch diese Muslimin:

„Ich habe versucht, mit Major Pavic ein Gespräch zu führen von Angesicht zu Angesicht. Wir kannten uns vor dem Krieg, und ich habe das seiner Sekretärin gesagt. Aber er weigerte sich, mich zu empfangen.“

So berichtet Vulliamy von etlichen Überlebenden des Bosnienkrieges. Alle betonen den grossen Unterschied des Bosnienkrieges mit der Vernichtungsmaschinerie des zweiten Weltkrieges. Aber sie «beneiden» die deutschen Kriegsoffer darum, dass die Deutschen als Nation ihre Schuld anerkennen und etliche Mahnmale errichtet haben zum Zeichen dafür, dass so etwas nie mehr geschehen darf.

*Andrea von Bidder*

## Absichtserklärung

Ich unterstütze die Bemühungen von AMICA Schweiz für das Bildungs- und Beratungszentrum in Tuzla zu Gunsten traumatisierter Frauen und Kinder.

- Ich werde als Mitglied jährlich mindestens Fr. 60.- einzahlen.
- Ich spende einen Betrag ohne Mitglied zu werden und erhalte dafür die AMICA-Aktualitäten.

Name: ..... Vorname: .....

Strasse: .....

Wohnort: .....

E-mail (fakultativ): .....

Datum: ..... Unterschrift: .....

Bitte einsenden an AMICA Schweiz, Postfach, 4102 Binningen 2



amica schweiz

## Impressum

<b>Redaktion</b>	Andrea von Bidder
<b>dieser Ausgabe</b>	Annie Spuhler
<b>Layout</b>	Ueli Gröbli, advertas
<b>Druck</b>	Lüdin AG, Binningen
<b>Auflage</b>	500
<b>Anschrift</b>	AMICA Schweiz Postfach CH-4102 Binningen 2
<b>E-Mail</b>	info@amica-schweiz.ch
<b>PC-Konto</b>	40 – 343638 – 2 CH73 0900 0000 4034 3638 2
<b>Erscheint</b>	Zweimal jährlich
<b>Red.-Schluss</b>	Mai 2013