



N° 3/2026 MAGGIO-GIUGNO

AUTONOME
PROVINZ
BOZEN
SÜDTIROL
PROVINCIA
AUTONOMA
DI BOLZANO
ALTO ADIGE
PROVINCIA AUTONOMA DE BULSAN
SÜDTIROL



Città di Bolzano
Stadt Bozen



BRIXEN
BRESSANONE
Stadtgemeinde Brixen · Città di Bressanone



Volksbank



W. Venturelli

Carissimi Soci,
in questo numero, l'ultimo prima del periodo estivo, desidero lasciare la parola all'amico e Volontario Luciano Macchia, realizzatore del Progetto "UN BADILE PER LA PACE", un Progetto iniziato nell'ottobre dello scorso anno e che terminerà la mattina del 12 maggio prossimo.

Il Progetto ha coinvolto le RSA (Residenza Sanitaria Assistenziale), Scuole Primarie e Secondarie di I grado del Comune di Bolzano..

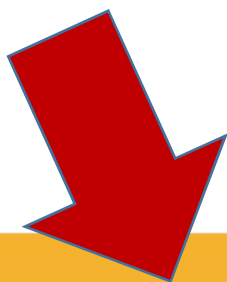
...Segue a pagina 2

**SOSTIENI L'ANTEAS AGAS
NELL'ACQUISTO
DELLA NUOVA AUTO**



DONA ORA

...Segue a pagina 4



Resoconto turismo 2026 + nuove partenze — Iscrizioni ancora aperte

...Segue a pagina 3

5x1



IL **VOLONTARIATO** che unisce

BOLZANO
Codice Fiscale
94060340216

Dona il tuo 5x1000 ad Anteias
un gesto gratuito che
aiuta i più fragili...GRAZIE

ODV organizzazione di volontariato APS associazione promozione sociale

Associazione Nazionale Tutte le Età Attive per la Solidarietà
Nationaler Verein aller aktiven Altersgruppen für die Solidarität

Viale Europa 60, 39100 Bolzano

Sito: www.anteas-agasbolzano.it

Tel. 0471/283161 - C.F.: 94060340216/94146120210 * E-mail: antea.bz@virgilio.it * Pec: anteas-agasbz@pec.it

...segue dalla prima



PERCHE' UN BADILE PER LA PACE

La scelta del badile come simbolo di Pace, non è casuale; infatti anche se questo strumento è realizzato in legno e parte metallica, stessi materiali con i quali è costruito il fucile, esso è utilissimo in tempo di Pace: serve per lavorare e concimare il terreno, per costruire le case, per rimuovere le macerie e salvare così vite umane, opere d'arte, ecc...

Prima Parte da Ottobre a Dicembre 2025

RSA - Il Progetto è iniziato in tre RSA comunali di Bolzano. Nei vari incontri abbiamo chiesto ai "nonni" presenti di elaborare alcune riflessioni sulla Pace. I "nonni" sono diventati dei portatori di Pace. La Pace intorno a noi si costruisce giorno dopo giorno con comportamenti positivi verso gli altri, verso i nostri vicini, verso gli amici, specialmente verso chi percepiamo come nemico. Il materiale creativo prodotto dagli studenti, insieme agli origami di colombe e gru (fatti dai Volontari ANTEAS-AGAS di Bolzano) sono stati esposti nelle RSA nel periodo dell'AVVENTO. Inoltre in quel periodo è intervenuto Nonno Efisio che ha portato i suoi "abbracci" a tutti gli ospiti delle RSA.

SCUOLE - Tre Scuole Primarie, una in lingua tedesca e due scuole in lingua italiana, hanno partecipato con entusiasmo al progetto. Le loro frasi, i loro disegni hanno abbellito le loro Scuole, altri sono stati donati alla nostra Associazione da esporre nelle vetrine della sede, altri sono stati portati in dono ai nonni di un centro diurno. Nonno Efisio non ha fatto mancare i suoi abbracci ai ragazzi e li ha intrattenuti raccontando loro la storia di "Graziellina Porta Pace": una gracile

colomba che non riuscendo a portare il ramoscello d'ulivo, si offre, avendo un grande cuore, di diffondere i messaggi di Pace ovunque, in tutti i luoghi ...

Seconda Parte da Gennaio a Maggio 2026

La Scuola Secondaria di I grado "Ugo Foscolo" di Bolzano ha partecipato al Progetto con tre classi. Queste hanno inteso sviluppare l'argomento Pace, parlando di bullismo e violenza. Il 12 maggio è la giornata conclusiva del Progetto e il lavoro realizzato dagli studenti, sarà presentato presso la "Sala Teatro E. Lovera" di Bolzano. La

chiesa parrocchiale di "Cristo Re" di Bolzano

parteciperà anch'essa al Progetto sviluppando l'argomento Pace per la comunità parrocchiale ed esponendo i disegni, le scritte e gli origami di colombe all'interno della chiesa. Alcuni Volontari dell'ANTEAS-AGAS hanno confezionato degli abbracci di stoffa colorata che grazie all'autorizzazione del Servizio Giardineria comunale, sono stati messi attorno agli alberi, abbracciando quindi gli alberi dei giardini delle scuole, delle parrocchie, delle RSA e dei



Il badile

Questo umile strumento serve per lavorare e concimare il terreno, è utile per rimuovere le macerie, per salvare vite umane e opere d'arte, per costruire le case.

giardini pubblici del Quartiere Europa/Novacella. Nell'ambito di questa iniziativa, chiamata "DONABBRACCIO", si è inoltre provveduto da parte dei "nonni" e degli studenti, alla semina di fiori di campo.

CON LA SPERANZA CHE PACE FIORISCA!!!

Ringrazio Luciano, Giulio, gli Ospiti/Nonni e gli Operatori delle RSA, gli studenti e i loro Docenti, i Volontari dell'Associazione e tutti coloro che hanno contribuito al successo di questa bellissima Iniziativa, un modo per dire che la Pace deve essere coltivata per poter dare frutti!!!



TURISMO 2026

A Pasqua abbiamo effettuato un magnifico viaggio all'Isola d'Elba con 30 partecipanti: organizzazione impeccabile, escursioni giornaliere molto apprezzate dai nostri camminatori, hotel e ristorazione ottimi. L'anno prossimo cercheremo nuovamente di proporre un viaggio spettacolare per le festività pasquali. Vi invitiamo a guardare le foto nella galleria qui sotto.

Purtroppo, per le altre proposte turistiche, abbiamo dovuto cancellare numerose iniziative previste da gennaio a giugno a causa della scarsa partecipazione.

Confidiamo però in una maggiore adesione alle prossime proposte.

Iscrizioni ancora aperte:

- ✓ Soggiorno a Riccione (Hotel Kent) dal 05/07 al 12/07
- ✓ Soggiorno a Riccione (Hotel Kent) dal 30/08 al 13/09
- ✓ Il Trenino Rosso del Bernina: 18–19/09
- ✓ Monaco e i castelli bavaresi: 26–29/09
- ✓ Gita alla Rocca Sanvitale di Fontanellato: 07/11
- ✓ Soggiorni termali a Montegrotto: 20/09–05/10 (stanze singole esaurite) e 05/10–12/10



Cara socia/o, Gentile amico/a,



in questo Bimensile di maggio/giugno, l'ultimo prima delle ferie, ti interessiamo per informarti delle difficoltà che incontriamo quotidianamente nello svolgere il servizio del trasporto sociale. Come abbiamo relazionato all'assemblea annuale di aprile, nel 2025 i nostri volontari/e hanno svolto 18.774 ore di prestazione, le nostre 4 auto hanno percorso 37.203 km, i nostri autisti (volontari), hanno effettuato 7.349 servizi per trasportare i nostri anziani ora all'ospedale per esami, ai poliambulatori, nelle strutture di fisioterapia ed altro. I volontari fanno anche compagnia per nostri assistiti ed altri servizi specifici, turismo, attività motorie, (ginnastica dolce, acquagym, camminate, ecc.), animazione nelle case di riposo e tanto altro.

Ciò nonostante non riusciamo ad accontentare tutte le richieste, molte volte dobbiamo dire no, con molto dispiacere, sia per mancanza di volontari sia per la ristretta disponibilità economica per dotarci dei mezzi di trasporto.

Nell'ultimo direttivo dell'associazione ci siamo domandati cosa possiamo fare per ampliare le nostre possibilità per coprire meglio le numerose e sempre nuove richieste. Tra le varie idee emerse, quella di dotarci di una ulteriore auto per il trasporto sociale è stata quella più sostenuta, di conseguenza ora il nostro impegno è quello di poterla realizzare.

Vogliamo condividere con te le idee emerse nella riunione del direttivo di cui parlavamo prima e il perché una di esse puntava proprio sulla dotazione di una ulteriore auto. Immagina per un momento di aver bisogno di spostarti per una visita medica, per fare la spesa o per partecipare a un'attività comunitaria, diventa difficile spostarsi anche in una città come la nostra che ha ottimi servizi di trasporto, ma sui quali però hai reali difficoltà a salire o discendere o trovare posto a sedere.

Per molte persone della nostra comunità, questa non è un'ipotesi: è la realtà di ogni giorno.

Anziani soli, fragili, persone con disabilità, famiglie in difficoltà economica... tutti loro condividono un bisogno semplice ma fondamentale: **poter raggiungere i luoghi che danno dignità e qualità alla vita.**

Oggi, purtroppo, il nostro servizio di trasporto sociale è limitato: uno dei mezzi che utilizziamo è vecchio, spesso in riparazione, e non sempre riusciamo ad assolvere tutte le richieste, spesso accade che dobbiamo dire no per i troppi servizi. Credete, è contro i nostri principi usare la parola no.

Per questo abbiamo pensato di proporti di partecipare con un tuo contributo liberale, che possa unirsi al fondo già accantonato per acquistare **un nuovo veicolo attrezzato**, sicuro, accessibile e capace di trasportare più persone con meno disagi.

Un'auto che non sarà solo un mezzo di trasporto, ma **un ponte tra le persone e le loro necessità.**

Ogni sforzo messo in atto dai nostri volontari sarà un passo verso:

- una visita medica raggiunta senza ansia,
- un incontro con amici che ridona il sorriso,
- un'attività ricreativa- culturale che possa rompere l'isolamento,
- un servizio essenziale che diventa accessibile a tutti.

Il nostro obiettivo è raccogliere le offerte e donazioni entro la fine dell'estate del 2026, in modo da poter avere l'auto in uso entro l'anno.

Sembra una impresa, ma se ognuno di noi contribuisce anche solo con una piccola donazione, insieme possiamo farcela.

Ogni euro donato sarà investito per rafforzare la nostra azione nel Volontariato, potenziando l'azione quotidiana della nostra ANTEAS-AGAS ODV.

Come puoi aiutarci?

- Con un versamento diretto sul nostro conto ANTEAS AGAS **IBAN: IT93A0585611602051570022804**; causale : DONAZIONE LIBERALE
- Condividendo questa iniziativa con amici, parenti e colleghi fornendo leggere questo nostro comunicato e dando loro l'IBAN per eventuale donazione.
- Offrendo qualche ora del tuo tempo come volontario a favore dei più deboli.

Ricorda: **non è la grandezza della donazione a fare la differenza, ma il cuore con cui viene fatta.**

Anche un piccolo contributo può trasformarsi in un grande gesto di solidarietà.

Ogni volta che il nuovo veicolo partirà per accompagnare qualcuno, sapremo che dentro quel viaggio ci sarà anche un po' di te.

Sarai parte di ogni sorriso, di ogni abbraccio, di ogni dolce sguardo di riconoscenza per ogni traguardo raggiunto. Non lasciamo che la distanza diventi un ostacolo insormontabile.

Aiutaci a portare vicinanza, dignità e speranza a chi ne ha più bisogno in questa nostra società che diventa sempre più difficile, poco disponibile a prendersi carico di chi resta indietro.

Dona oggi. Insieme, possiamo fare strada, possiamo raggiungere anche questo traguardo che oggi ci appare in salita. Siamo certi però che con il tuo aiuto possiamo sperare di poter raggiungere questo nostro obiettivo.

Bruno Falcomatà



N° 3/2026 MAI-GIUNI

AUTONOME
PROVINZ
BOZEN
SÜDTIROL



PROVINCIA
AUTONOMA
DI BOLZANO
ALTO ADIGE

PROVINCIA AUTONOMA DE BULSAN
SÜDTIROL



Città di Bolzano
Stadt Bozen



BRIXEN
BRESSANONE

Stadtgemeinde Brixen - Città di Bressanone



Volksbank



W. Venturelli

Liebe Mitglieder,

in dieser Ausgabe, der letzten vor der Sommerzeit, möchte ich das Wort meinem Freund und Freiwilligen Luciano Macchia überlassen, dem Initiator des Projekts „EINE SCHAUFEL FÜR DEN FRIEDEN“, ein Projekt, das im Oktober des vergangenen Jahres begonnen hat und am Vormittag des kommenden 12. Mai enden wird. Das Projekt hat die Seniorenheime (RSA – Alten- und Pflegeheime), Grundschulen sowie Mittelschulen der Gemeinde Bozen einbezogen.

...Fortsetzung auf Seite 2



DONA ORA

..Fortsetzung auf Seite 4



Tourismusbericht 2026 + neue Reisen — Anmeldungen noch möglich... **Fortsetzung auf Seite 3**



5x1



BOLZANO
Codice Fiscale
94060340216

ANTEAS IL **VOLONTARIATO** che unisce

*Dona il tuo 5x1000 ad Anteas
un gesto gratuito che
aiuta i più fragili...GRAZIE*

ODV Freiwilligenorganisation APS Verein für soziale Förderung

Associazione Nazionale Tutte le Età Attive per la Solidarietà
Nationaler Verein aller aktiven Altersgruppen für die Solidarität

Europallee 60, 39100 Bozen

website: www.anteas-agasbolzano.it

Tel. 0471/283161 - C.F.: 94060340216/94146120210 * E-mail: antea.bz@virgilio.it * Pec: anteas-agasbz@pec.it



...Fortsetzung von Seite 1

WARUM EINE SCHAUFEL FÜR DEN FRIEDEN

Die Wahl der Schaufel als Symbol des Friedens ist kein Zufall: Auch wenn dieses Werkzeug aus Holz und Metall besteht – denselben Materialien, aus denen auch ein Gewehr gefertigt wird – ist es in Zeiten des Friedens äußerst nützlich. Es dient dazu, den Boden zu bearbeiten und zu düngen, Häuser zu bauen, Trümmer zu beseitigen und so Menschenleben, Kunstwerke usw. zu retten.

Erster Teil: Oktober bis Dezember 2025
Seniorenheime

Das Projekt begann in drei Seniorenheimen der Gemeinde Bozen. Bei den verschiedenen Treffen haben wir die anwesenden „Großeltern“ gebeten, einige Gedanken über den Frieden zu entwickeln. Die „Großeltern“ wurden zu Friedensbotschaftern.

Frieden um uns herum wird Tag für Tag durch positive Verhaltensweisen aufgebaut – gegenüber anderen, gegenüber unseren Nachbarn, gegenüber Freunden und besonders gegenüber denen, die wir als Gegner wahrnehmen.

Das von den Schülern erstellte kreative Material, zusammen mit Origami-Tauben und -Kanichen (hergestellt von den Freiwilligen von ANTEAS-AGAS Bozen), wurde während der Adventszeit in den Seniorenheimen ausgestellt. Außerdem kam in dieser Zeit „Opa Efisio“, der allen Bewohnern der Seniorenheime seine „Umarmungen“ schenkte.

SCHULEN

Drei Grundschulen – eine deutschsprachige und zwei italienischsprachige – haben mit Begeisterung am Projekt teilgenommen. Ihre Texte und Zeichnungen haben die Schulen verschönert, andere wurden unserer Vereinigung geschenkt, um sie in den Schaufenstern des Vereinssitzes auszustellen, und weitere wurden den Senioren eines Tageszentrums überreicht.

Opa Efisio ließ es sich nicht nehmen, auch den Kindern seine Umarmungen zu schenken, und unterhielt sie mit der Geschichte von „Graziellina, der Friedensbotin“: einer zarten Taube, die den Olivenzweig nicht tragen konnte, sich aber – mit großem Herzen – bereit

erklärte, Friedensbotschaften überall zu verbreiten.

Zweiter Teil: Januar bis Mai 2026

Die Mittelschule „Ugo Foscolo“ in Bozen hat mit drei Klassen am Projekt teilgenommen. Diese haben das Thema Frieden vertieft, indem sie über Mobbing und Gewalt gesprochen haben.

Der 12. Mai ist der Abschlusstag des Projekts, und die von den Schülern erarbeiteten Ergebnisse werden im „Theatersaal E. Lovera“ in Bozen präsentiert.

Auch die Pfarrkirche „Christkönig“ in Bozen beteiligt sich am Projekt, indem sie das Thema Frieden für die Pfarrgemeinschaft ergreift und Zeichnungen, Texte und Origami-Tauben in der Kirche ausstellt.

Einige Freiwillige von ANTEAS-AGAS haben Umarmungen aus buntem Stoff hergestellt, die – dank der Genehmigung des städtischen Gärtnereidienstes – um Bäume gebunden wurden und diese in den Gärten der Schulen, der Pfarreien, der Seniorenheime sowie in den öffentlichen Grünanlagen des Stadtviertels Europa/Novacella symbolisch umarmen.

Im Rahmen dieser Initiative mit dem Namen „UMARMUNG SCHENKEN“ („DONABBRACCIO“) wurden zudem von den „Großeltern“ und den Schülern Wiesenblumen

gesät.

IN DER HOFFNUNG, DASS DER FRIEDEN ERBLÜHT!!!

Ich danke Luciano, Giulio, den Bewohnern („Großeltern“) und den Mitarbeitern der Seniorenheime, den Schülern und ihren Lehrpersonen, den Freiwilligen der Vereinigung sowie allen, die zum Erfolg dieser wunderbaren Initiative beigetragen haben – ein Weg, um zu sagen, dass Frieden gepflegt werden muss, damit er Früchte tragen kann!!



TOURISMUS 2026

Zu Ostern haben wir eine wunderschöne Reise auf die Insel Elba mit 30 Teilnehmern durchgeführt: eine einwandfreie Organisation, tägliche Ausflüge, die von unseren Wanderfreunden sehr geschätzt wurden, sowie ein ausgezeichnetes Hotel und hervorragende Verpflegung. Auch im nächsten Jahr werden wir versuchen, erneut eine spektakuläre Reise für die Osterfeiertage anzubieten. Wir laden Sie ein, sich die Fotos in der untenstehenden Galerie anzusehen. Leider mussten wir für die zahlreichen von Januar bis Juni geplanten touristischen Angebote aufgrund der geringen Teilnehmerzahl absagen. Wir hoffen jedoch auf eine stärkere Beteiligung an den kommenden Angeboten.

TOURISMUS 2026

Anmeldungen noch offen:

- ✓ Meeraufenthalt in Riccione (Hotel Kent) vom 05.07. bis 12.07.
- ✓ Meeraufenthalt in Riccione (Hotel Kent) vom 30.08. bis 13.09.
- ✓ Der Bernina-Express: 18.–19.09.
- ✓ München und die bayerischen Schlösser: 26.–29.09.
- ✓ Ausflug zur Rocca Sanvitale in Fontanellato: 07.11.
- ✓ Kuraufenthalte in Montegrotto: 20.09.–05.10. (Einzelzimmer ausgebucht) und 05.10.–12.10.



**Liebes Mitglied,
liebe Freundin, lieber Freund,**

in dieser Mai/Juni-Ausgabe unseres Rundschreibens – der Letzten vor der Sommerpause – möchten wir dich über die Schwierigkeiten informieren, denen wir täglich bei der Durchführung unseres sozialen Fahrdienstes begegnen.

Wie wir bereits bei der Jahresversammlung im April berichtet haben, haben unsere freiwilligen Helferinnen und Helfer im Jahr 2025 insgesamt **18.774 Stunden** geleistet. Unsere vier Fahrzeuge legten **37.203 km** zurück, und unsere ehrenamtlichen Fahrer führten **7.349 Einsätze** durch, um unsere älteren Mitbürger zu Krankenhäusern für Untersuchungen, zu Fachambulanzen, zu Physiotherapieeinrichtungen und zu verschiedenen weiteren Zielen zu bringen.

Darüber hinaus leisten unsere Freiwilligen Gesellschaftsdienste für betreute Personen sowie viele weitere Angebote: Ausflüge, Bewegungsaktivitäten (sanfte Gymnastik, Wassergymnastik, Spaziergänge usw.), Animation in Pflegeheimen und vieles mehr.



Trotz dieses großen Engagements gelingt es uns nicht, alle Anfragen zu erfüllen. Oft müssen wir – schweren Herzens – absagen, sei es wegen des Mangels an Freiwilligen als auch aufgrund begrenzter finanzieller Mittel für unsere Fahrzeuge.

In der letzten Vorstandssitzung haben wir uns gefragt, was wir tun könnten, um unsere Möglichkeiten zu erweitern und den steigenden Anforderungen besser gerecht zu werden. Unter den verschiedenen Ideen fand insbesondere der Vorschlag großen Zuspruch, ein

weitere Fahrzeug für den sozialen Fahrdienst anzuschaffen. Daher setzen wir nun alles daran, dieses Ziel zu verwirklichen.

Wir möchten diese Überlegungen mit dir teilen und erklären, warum gerade die Anschaffung eines zusätzlichen Fahrzeugs so wichtig ist. Stell dir einen Moment vor, du müsstest zu einem Arzttermin, einkaufen gehen oder an einer gemeinschaftlichen Aktivität teilnehmen. Selbst in einer Stadt mit guten Verkehrsverbindungen kann es schwierig sein, öffentliche Verkehrsmittel zu nutzen – sei es beim Ein- und Aussteigen oder beim Finden eines Sitzplatzes.

Für viele Menschen in unserer Gemeinschaft ist das keine Vorstellung, sondern tägliche Realität: alleinstehende ältere Menschen, schutzbedürftige Personen, Menschen mit Behinderung, Familien in wirtschaftlicher Not. Sie alle haben ein einfaches, aber grundlegendes Bedürfnis: Orte erreichen zu können, die Würde und Lebensqualität schenken.

Leider ist unser sozialer Fahrdienst derzeit eingeschränkt: Eines unserer Fahrzeuge ist alt, oft in Reparatur, und wir können die vielen Anfragen nicht immer erfüllen. Häufig sind wir gezwungen, „Nein“ zu sagen – ein Wort, das unseren Grundwerten widerspricht.

Aus diesem Grund möchten wir dich bitten, uns mit einer freiwilligen Spende zu unterstützen, die zu den bereits angesparten Mitteln beiträgt, um ein neues, ausgestattetes, sicheres und barrierefreies Fahrzeug anzuschaffen, das mehr Menschen mit weniger Belastung transportieren kann.

Ein Fahrzeug, das nicht nur ein Transportmittel ist, sondern eine Brücke zwischen Menschen und ihren Bedürfnissen.

Jeder Einsatz unserer Freiwilligen wird ein Schritt sein hin zu:

- einem Arztbesuch ohne Angst,
- einem Treffen mit Freunden, das wieder ein Lächeln schenkt,
- einer Freizeit- oder Kulturaktivität, die Isolation durchbricht,
- einer grundlegenden Dienstleistung, die für alle zugänglich wird.

Unser Ziel ist es, die notwendigen Mittel bis Ende Sommer 2026 zu sammeln, sodass das Fahrzeug noch im selben Jahr eingesetzt werden kann. Es mag wie eine große Herausforderung erscheinen, doch wenn jeder auch nur einen kleinen Beitrag leistet, können wir es gemeinsam schaffen. Jeder gespendete Euro wird eingesetzt, um unsere ehrenamtliche Arbeit zu stärken und die tägliche Tätigkeit unserer ANTEAS-AGAS ODV zu unterstützen. **Wie kannst du uns helfen?**

- Mit einer Überweisung auf unser Konto ANTEAS AGAS
IBAN: IT93A0585611602051570022804: causale : DONAZIONE LIBERALE
- Indem du diese Initiative mit Freunden, Verwandten und Kollegen teilst
- Indem du uns etwas von deiner Zeit als freiwillige Helferin oder freiwilliger Helfer zur Verfügung stellst

Denke daran: Nicht die Höhe der Spende macht den Unterschied, sondern das Herz, mit dem sie gegeben wird. Auch ein kleiner Beitrag kann zu einer großen Geste der Solidarität werden.

Jedes Mal, wenn das neue Fahrzeug jemanden begleitet, wird auch ein Teil von dir mit auf dieser Reise sein.

Du wirst Teil jedes Lächelns, jeder Umarmung und jedes dankbaren Blicks sein.

Lass nicht zu, dass Entfernung zu einem unüberwindbaren Hindernis wird.

Hilf uns, Nähe, Würde und Hoffnung zu den Menschen zu bringen, die sie am dringendsten brauchen – in einer Gesellschaft, die immer komplexer wird und oft wenig Raum für die Schwächsten lässt.

Spende noch heute.

Gemeinsam können wir diesen Weg gehen und auch dieses Ziel erreichen, das heute noch schwierig erscheint. Mit deiner Hilfe können wir es schaffen.