

Ein Pokal von vielen  
**Weltmeister  
 2018  
 in der Klasse  
 bis 640 Kilo**



Zeit, rennen die Athleten mit Gewichten um den Bauch den Berg hoch, gehen Joggen oder auf Skitouren. Die Seilzieher quälen sich auch im Kollektiv zum Idealgewicht. Meist treten sie in der sogenannten Königsklasse an. Dafür dürfen die acht, die zusammen am Seil ziehen, nicht mehr als 640 Kilogramm wiegen. Wenn sie drei Tage später in einer tieferen Gewichtsklasse ziehen, ist viel Schwitzen angesagt, Diät, Joggen, Sauna, Alkoholverzicht sowieso. «Man muss sich zwingen und quälen können», fasst Fäbu Langenstein zusammen. Wie lange er sich das noch antun will, weiss er nicht genau. Vielleicht tritt er nach der WM 2022, die in Sursee LU stattfindet, etwas kürzer. Denn inzwischen ist der Forstwart verheiratet und Vater einer zweijährigen Tochter. Seine Frau hat er über den Sport kennengelernt. An der Hochzeit musste er sie über ein gespanntes Tau tragen.

Bild: Paolo Durto

Dossier  
**Vereine**

# Fit für den Vorstand

*Was darf die Präsidentin? Und was muss der Präsident? Einen Verein zu führen, ist gar nicht so einfach. Die Fachstelle **Vitamin B** bildet bisherige und neue Präsidentinnen und Präsidenten weiter. Ein Kursbesuch.*

**Text:** Manuela Enggist

**E**s wäre genauso gut möglich gewesen, dass sich diese vier Menschen in ihrem Leben nie begegnet wären. Sie wohnen weder in derselben Stadt noch überschneiden sich ihre Interessen. Ihr gemeinsamer Nenner: Sie alle beteiligen sich aktiv in einem oder mehreren Vereinen. Und sie alle wollen ihr Wissen diesbezüglich professionalisieren. Darum setzen sich Vanja Crnojevic und Rabija Efendic von der Borderfree Association, Klaus Sieglar von der Senioren-Wandergruppe-Linthgebiet und Katharina Viana-Bachmann vom Zürcher Spendenparlament mit ihren Namenstafeln in eine Reihe. Mit zwölf weiteren Teilnehmern besuchen sie das Seminar Präsidium/Vorstandsführung bei Vitamin B, der Fachstelle für Vereine. Auch die übrigen Teilnehmer bieten eine kunterbunte Mischung. Ihr Hintergrundwissen ist unterschiedlich. Die Ziele sind es auch.

Vanja Crnojevic aus Chur ist Gründerin und Geschäftsführerin des Vereins Borderfree Association, der sich für humanitäre Hilfe für Flüchtlinge entlang der Balkanroute, in Serbien

und Griechenland einsetzt. Auslöser für ihr Engagement waren die Bilder, die im Sommer 2015 einen Strom von Flüchtenden überwiegend aus Syrien, Afghanistan und dem Irak zeigten. Crnojevic hängte ihren Bürojob an den Nagel, reiste ins Krisengebiet und sammelte Spenden. Im September 2015 gründete sie dann den Verein, dessen Führung heute ihre hauptberufliche



«Als Präsident eines Vereins kann man es unmöglich allen recht machen.»

**Klaus Sieglar**  
 Präsident  
 einer Wandergruppe

Tätigkeit ist. «Es kamen sehr schnell sehr viele Spenden rein, und ich wollte die Organisation als Verein organisiert haben, um alles offiziell und sauber abwickeln zu können», erklärt die 39-Jährige.

Gemeinsam mit ihrer Kollegin Rabija Efendic, die im Vorstand des Vereins ist, besucht sie den Kurs auf Anregung eines weiteren Vorstandsmitglieds.



«In so einem Kurs kommen Kontakte zustande, die sonst nicht möglich wären.»

**Vanja Crnojevic**  
Vereinsgründerin

«Obwohl unser Verein schon seit einiger Zeit existiert, wollten wir uns nochmals mit dem Grundwissen auseinandersetzen. Ein zusätzliches Coaching kommt uns für unser Wachstum und unsere Arbeit sehr entgegen», erklärt Efendic.

#### Wertvolles Netzwerk

Für beide hat sich der Kurs vor allem auch gelohnt, um Kontakte zu knüpfen. So konnten sie einer anderen Teilnehmerin, die einen Verein zur Erhaltung der kambodschanischen Kultur führt, eine Liste von Stiftungen für kulturelle Zwecke mitgeben. Ausserdem wurde die Border-free Association vom Verein Yoga Komplementär Therapie

Schweiz eingeladen, um ihre Organisation vorzustellen. Für Crnojevic ist dieser Austausch äusserst wertvoll: «In so einem Kurs ist die Hilfsbereitschaft sehr gross. So können Kontakte zustande kommen, die vorher nie möglich gewesen wären.»

#### Verein geht mit der Zeit

Klaus Sieglar hat sich als Präsident der Senioren-Wandergruppe-Linthgebiet zur Verfügung gestellt, nachdem sich niemand freiwillig für das Amt meldete. Der 74-Jährige hatte nach der Pensionierung eine Aktivität gesucht, die ihn körperlich und geistig fit hält. Es ging ihm auch um den sozialen Kontakt, als er sich für die Wandergruppe entschied. Weil er sein neues Amt mit dem richtigen Rüstzeug ausüben wollte, suchte er im Internet nach Kursen für Vereinsleiter und wurde fündig bei Vitamin B. Es war ihm wichtig, sein Wissen vertiefen zu können.

Sieglar war schon früher in Vereinen aktiv gewesen, aber noch nie in leitender Position. Im Kurs ist ihm unter anderem klar geworden, dass er als Präsident auch mal durchgreifen muss. «Man kann es unmöglich jedem recht machen», sagt er.

Katharina Viana-Bachmann ist schon seit über 20 Jahren ehrenamtlich tätig und «gönnt sich» einmal pro Jahr eine Weiterbildung wie diese. Trotz langjähriger Erfahrung kann sie noch immer davon profitieren. «Das Vereinswesen verändert sich so schnell. Ich bin stets froh um neue Inputs und neues Theoriewissen. Es gibt Fragen, die sind immer relevant: Wie kann ich den Verein noch effizienter führen? Und uns noch besser gegen aussen positionieren?» Hauptberuflich arbeitet Viana-Bachmann als Co-Executive Director bei der Asia Society Switzerland, einer Organisation mit über 700 Mitgliedern. In ihrer Freizeit kümmert sie sich als Präsidentin um das Zürcher



«Das Vereinswesen verändert sich so schnell. Ich bin stets froh um Inputs.»

**Katharina Viana-Bachmann**  
Präsidentin Spendenparlament

Spendenparlament. Ein grosser Pluspunkt für Viana-Bachmann: die Durchmischung der Kursgruppe. «Allein die Gespräche in der Pause sind sehr bereichernd und inspirierend.»

Gut sei aber auch, dass viele Vereinsneulinge dabei seien: «Gerade in der Gründungsphase gibt es so viele Stolpersteine.» Es sei wichtig, einen Verein gleich von Beginn an richtig aufzubauen. So diskutierte die Gruppe lange über die richtige Anzahl von Vorstandsmitgliedern. «Sechs ist eine beliebte Anzahl, jedoch nicht ideal.» So könne es ständig zu einer Pattsituation kommen. «Diese Frage hatte ich mir früher so nie gestellt. Und ich denke, gerade die Neulinge werden so eine Situation tunlichst vermeiden», sagt Viana-Bachmann.

Ebenfalls hilfreich: das «Systemische Konsensieren», das die Referentin vorgestellt hat. Es soll als Weg zur gemeinsamen Entscheidungsfindung oder Entscheidungsvorbereitung helfen. Katharina Viana-Bachmann kannte dieses Prinzip noch nicht und will es bei der nächsten Vorstandssitzung ausprobieren. **MM**

## Grundelement der Demokratie

**Unter den Teilnehmern** der Kurse herrsche immer grosses gegenseitiges Interesse, sagt Seminarleiterin Valentina Baviera. Sie arbeitete über zehn Jahre als Rechtsanwältin und ist heute als Organisationsberaterin tätig, auch für Non-Profit-Organisationen, die oft als Vereine organisiert sind. «Ich war Präsidentin einer Selbsthilfeorganisation und weiss, wie anspruchsvoll es sein kann, in der Rolle des Vorstands einen Betrieb zu leiten.» An Vereinen reizt sie das Engagement der Menschen für das Gemeinwohl – in den unterschiedlichsten Bereichen von Kultur über Sport bis zu Sozialem. «Die Vereinsstruktur an sich bildet für mich ein Grundelement der direkten Demokratie.»



**Valentina Baviera**  
Kursleiterin

## Vitamin B

**Das Migros-Kulturprozent** setzt sich für den gesellschaftlichen Zusammenhalt ein und fördert das zivilgesellschaftliche Engagement in der Schweiz. 2000 hat es Vitamin B gegründet. Die Fachstelle für Vereine unterstützt ehrenamtliche Vereinsvorstände in ihrer anspruchsvollen Arbeit.

**Neben Information** und Beratung bietet Vitamin B Weiterbildungen (z. B. Protokollieren, Social Media, Finanzwesen) für Vereinsvorstände an. Der beliebteste Kurs Präsidium/Vorstandsführung wendet sich an bisherige und neue Vereinspräsidenten und findet dreimal im Jahr statt.

**vitaminb.ch**