

# Caritas**help**

**\_03/24**

Viermonatlich erscheinendes  
Informationsblatt der  
Caritas Diözese Bozen-Brixen

Pubblicazione quadrimestrale  
della Caritas Diocesi  
Bolzano-Bressanone

— **Armut und Krankheit**

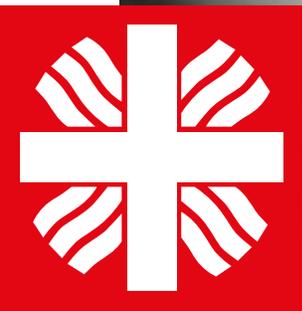
**Wenn man es aus  
eigener Kraft nicht  
mehr schafft**

— **Carcere e salute**

**Spazi di cura in  
luoghi di reclusione**

— **Spuren hinterlassen**

**Testament  
der guten Tat**



## —Inhalt Contenuto

### Schuldenberg

Die Auswirkungen und Auswege \_10

### Oasi d'infanzia

Emancipazione scolastica in Macedonia \_13

### Geschützter Raum

Wo Sorgen und Ängste draußen bleiben \_14

### “Sogni e vai”

Un'auto in più per esaudire gli ultimi desideri \_16

### Chat-Beratung

Telefonseelsorge erweitert ihr Angebot \_17

Fokus / Focus	4
Die gute Nachricht / La buona notizia	8
Das Interview / L'intervista	9/12
Caritas im Einsatz / Caritas in azione	10
Hilfe wirkt / Aiutare conta	13
Schaufenster / La vetrina	15
WeCaritas	18
Editorial / Editoriale	19
100%	19



Mehr Infos online  
Maggiori informazioni online  
[www.caritas.bz.it](http://www.caritas.bz.it)

Coverfoto: Pexels/Ron Lach

### Liebe Leserinnen und Leser, care lettrici e cari lettori

Chi ha fragilità fisiche o psicologiche, rischia maggiormente di vivere in povertà. Problemi di salute ed economici si influenzano negativamente creando circoli viziosi difficili da rompere. Per chi fa lavori logoranti, vive in situazioni abitative difficili e lotta con preoccupazioni economiche, l'insorgere di malattie o incidenti porta costi aggiuntivi che non possono essere sostenuti. In molti rinunciano a trattamenti medici, che generano così ulteriori complicazioni per la salute.

**Oft sparen Armutsbetroffene bei der eigenen Gesundheit und gehen dabei an die Grenzen ihrer Belastbarkeit. Dies hat langfristige Folgen.**

In dieser Ausgabe thematisieren wir die verheerende Wechselwirkung zwischen Armut und Krankheit, die unsere Dienste zunehmend mehr wahrnehmen. Stellvertretend für die vielen Betroffenen erzählen wir in dieser Ausgabe die Geschichten von Elisa, Anita und Gregor. Wir unterstützen, begleiten und beraten sie, versuchen ihnen Kraft zu geben, um weiterzumachen.

**Mit Ihrer Spende ermöglichen Sie es uns, auf diesem Weg weiterzumachen und den Menschen zu helfen.**

**Herzlichen Dank!**



Renata Plattner  
Kommunikation / Comunicazione  
[renata.plattner@caritas.bz.it](mailto:renata.plattner@caritas.bz.it)

# Not ist näher als du denkst

**Jede Spende hilft!**

## La povertà è più vicina di quanto

pensi

**Dona anche tu!**



**Danke  
Grazie**

[www.caritas.bz.it](http://www.caritas.bz.it) | 0471 304 300





Bestimmte Krankheiten, wie ein Bandscheibenvorfall bei Elisa, können zum Jobverlust führen.

# Ungesunde Wechselwirkung

## Armut macht krank – Krankheit macht arm

Renata Plattner

— Armut und Krankheit bedingen sich oft gegenseitig und führen zu einem Teufelskreis, dem viele Betroffene allein nicht entkommen.

Seit fast 20 Jahren lebe ich hier“, sagt Elisa (52) und zeigt auf die schimmeligen Wände und die undichten Fenster ihrer Einzimmerwohnung. „Die Heizung funktioniert nur sporadisch, aber ich kann mir keine andere Wohnung leisten.“ Vor 5 Jahren hat Elisa ihren Job als Reinigungskraft verloren. „Bandscheibenvorfall“, sagt sie. Die Schmerzen sind auch nach der Operation noch da, machen sie arbeitsunfähig. Ihre Geldreserven sind schnell aufgebraucht. „Medikamente und Physiotherapie sind teuer“, sagt

sie. „Oft musste ich mich zwischen dem Kauf von Medikamenten und Lebensmitteln entscheiden.“ Ihre Augen füllen sich mit Tränen, als sie von den Depressionen spricht, die sie seitdem begleiten. „Ich schäme mich, andere um Hilfe zu bitten, und so habe ich fast zu niemandem Kontakt.“

Ein erneuter Krankenhausaufenthalt wegen einer Lungenentzündung verschärft ihre Situation weiter. „Die feuchte und kalte Wohnung“, sagt sie selbst-erklärend. „Der Arzt hat mir dringend einen Umzug empfohlen.“ Dabei ist schon diese Wohnung zu teuer für die alleinstehende Frau. Die Angst, irgendwann auf der Straße zu landen, hat sie zur Caritas getrieben. Dort erfuhr sie Hilfe und hat wieder Hoffnung.

### Armut macht krank

Elisas Geschichte steht stellvertretend für viele Menschen, die in einem Teufelskreis aus Armut und Krankheit gefangen sind. „Menschen, die arm sind oder sich kaum etwas leisten können, haben oft weniger Zugang zu gesunder Ernährung, Bewegung und guter medizinischer Versorgung. Armut führt zu Stress, der das Immunsystem schwächt und Krankheiten verursacht. Außerdem leben ärmere Menschen oft in schlechteren Wohnverhältnissen und unter ungesunden Bedingungen, was ihren Zustand weiter verschlechtert. Sie leiden oft unter Druck, Erschöpfung und Depressionen und werden häufig diskriminiert. Das führt dazu, dass arme Menschen im Durchschnitt 10 Jahre früher sterben als der Rest der Bevölkerung, bei Wohnungslosen sind es sogar 20 Jahre“, sagt Caritas-Direktorin Beatrix Mairhofer.

### Krankheit macht arm

Umgekehrt können Krankheiten Menschen in die Armut treiben. „Die Kosten für medizinische Behandlungen, Medikamente und eventueller Verlust der Arbeitsfähigkeit führen dazu, dass Menschen wirtschaftlich abrutschen. Vielfach verstärken Gesundheitsprobleme die Armutsspirale“, so Mairhofer. Armut spielt also immer eine Rolle – so oder so. „Zu den Hauptbetroffenen zählen Menschen mit niedrigem Bildungsstand, ältere Menschen mit Mindestrente, Alleinerziehende und Menschen, die in Einsamkeit leben.“

### Die Hilfe der Caritas

Die Hilfe der Caritas setzt deshalb an verschiedenen Stellen an: Die Schuldenberatung unterstützt Menschen, die Schwierigkeiten haben, größere Ausgaben wie Mieten, Reparaturen oder Gesundheitskosten zu bewältigen. Die Telefonseelsorge bietet Unterstützung für Menschen mit psychischen Problemen und Einsamkeit (fast die Hälfte der Anrufenden klagt über solche Probleme). Wohnungs- und Obdachlose erhalten Unterkunft und Essen; Menschen mit Abhängigkeitsproblemen werden beraten und begleitet und vieles andere mehr. „Dafür brauchen wir ihre Spenden“, bittet Mairhofer die Südtiroler Bevölkerung um Mithilfe.

### Höheres Risiko

Krankheit ist ein Armutsrisiko. Armut kann sich aber auch negativ auf die Gesundheit auswirken.

# 10 Jahre früher

als andere sterben armutsbetroffene Menschen; bei Menschen ohne Obdach sind es sogar 20 Jahre.\*

# Bei jeder 5. Person

ist „Krankheit“ die Ursache für ihre Verschuldung.

**Zahnprobleme** zählen zu den häufigsten Gesundheitsproblemen, deren Behandlung sich armutsbetroffene Menschen nicht leisten können.

# Jede 3.

erwachsene Person in Südtirol hat einen kritischen Alkoholkonsum.

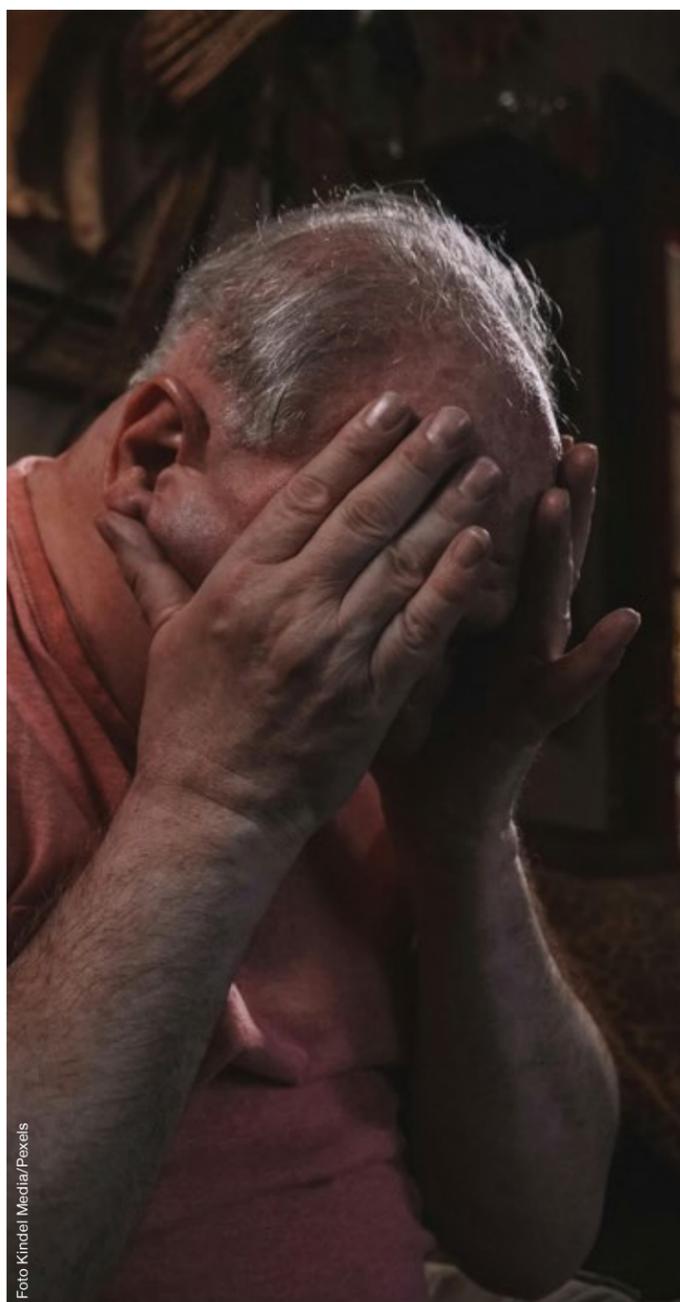
\*Quelle: <https://www.zeit.de/wissen/2024-05/zunahme-unterschiede-lebenserwartung-arme-reiche> / Beobachtungsstelle für Gesundheit der Autonomen Provinz Südtirol / Jahresbericht Schuldenberatung 2023 / interne Caritas-Umfrage 2022 / Österreichische Armutskonferenz

„Jedes Mal, wenn ich in den Spiegel schaue, sehe ich diese hässlichen Zahnlücken und fühle mich minderwertig. Ich schäme mich unter Leute zu gehen. Von den Schmerzen gar nicht zu reden.“

Ein Klient der Caritas Sozialberatung, der sich eine Zahnbehandlung nicht leisten kann

# Influenze che contano troppo

Roberta Bravi



— Povertà e malattia sono condizioni legate che si definiscono a vicenda: la presenza dell'una, porta alla manifestazione dell'altra; non tutti sono in grado di saldare il conto economico e sociale che ne deriva.

*I servizi Caritas offrono percorsi di rete volti a ridurre l'emarginazione delle persone*

Lo dicono le ricerche: le persone con poche risorse (economiche, educative e relazionali) sono più inclini a comportamenti che ne mettono a rischio la salute. Acquistano prodotti alimentari più scadenti, consumano più alcol, trascurano sintomi e malanni fisici, sottovalutano disagi psichici o non sanno a chi rivolgersi per trattarli. D'altro canto anche le patologie fisiche, comportamentali o psicologiche causano l'impoverimento di persone o di intere famiglie. I servizi di ascolto e consulenza della Caritas incontrano molte di queste realtà che rendono più fragili le esistenze delle persone. A seconda dei casi, si verificano cambi di vita improvvisi e spiazzanti o una lenta erosione delle risorse, ma una volta innescato, il circolo vizioso di povertà e malattia si avvita verso il basso. Con la Campagna 'La povertà è più vicina di quanto pensi', Caritas lancia una raccolta fondi per aiutare chi è in difficoltà.

Info:



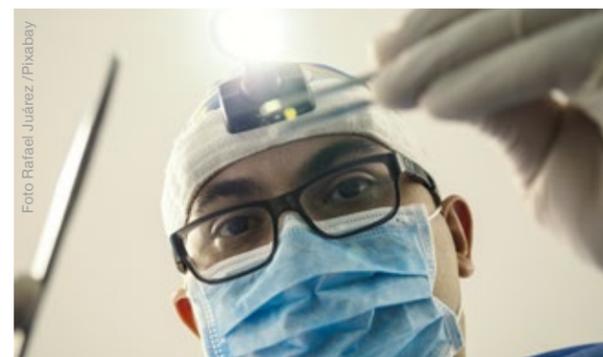
## Suizidgedanken wegen Schulden

Anita stand am Rande des Abgrunds. Die Schulden wuchsen ihr über den Kopf, raubten ihr den Schlaf und ließen sie in Angst und Verzweiflung versinken. Nach der Trennung von ihrem Mann war sie allein für ihre Kinder verantwortlich, doch ein einziger Job reichte nicht aus, um die Ausgaben zu decken. Ohne Unterstützung und mit der ständigen Angst, es nicht zu schaffen, war sie in einer Depression gefangen. Die Scham, um Hilfe zu bitten, machte alles nur noch schlimmer. Sie litt dermaßen unter der Last der Schulden, dass sie sogar an Suizid dachte.

Auf Anraten einer Freundin hin wandte sich Anita an die Schuldenberatung der Caritas. Diese setzte sich mit ihren Gläubigern in Verbindung und handelte eine Schuldenregulierung aus, die Anitas finanzieller Situation angepasst wurde. Von da an wurde für die Familie vieles leichter.



*Allzu große finanzielle Sorgen drücken schwer auf die Seele.*



*Una recente indagine interna alla Caritas mostra un aumento delle richieste di aiuto per coprire spese sanitarie.*

## Salute: bene di lusso

Spesso le persone, giovani e anziane, con entrate minime sacrificano la propria salute come se fosse diventata un bene di lusso. Molte di queste si rivolgono al Centro d'ascolto della Caritas quando non sanno più a cosa rinunciare. Qui ricevono sostegno umano e un aiuto nelle spese: sono in aumento soprattutto quelle per le cure dentistiche, troppo costose per chi riesce a malapena a pagare il cibo e le bollette.

## Gregors täglicher Kampf

Für Gregor war es wie ein Blitz aus heiterem Himmel: Die Ärzte fanden keine Diagnose für seine Schmerzen in den Beinen. Doch sie waren da und machten Gregor das Leben unerträglich. Nach wiederholten Fehlzeiten verlor er seinen Job. Sein Alltag zerbrach, und er suchte Trost im Alkohol. Dies kostete ihn Geld, den Führerschein und schließlich sein Zuhause. „Besonders bei Abhängigkeit führt die Krankheit zu einer Verarmung, sowohl wirtschaftlich als auch sozial“, sagt Christiane Folie von der psychosozialen Beratung der Caritas in Schlanders, wo Gregor versucht, wieder auf die Beine zu kommen. Gregor kämpft nicht allein. Seine Geschichte zeigt, wie wichtig Unterstützung und Verständnis sind, um den Weg zurück ins Leben zu finden.



*Nicht immer können die Ursachen von Schmerzen ausfindig gemacht und therapiert werden – eine unsägliche Pain für die Betroffenen.*



*Accompagnare chi non ha le risorse culturali per affrontare passaggi burocratici è fondamentale per accedere ad agevolazioni e servizi.*

## Sull'orlo della crisi

Oltre a dover chiedere aiuto, nel caso di malattie invalidanti bisogna anche accettare di non poter guarire. “Soprattutto per chi è solo o con figli a carico, ammalarsi comporta una riduzione di stipendio, si fanno delle assenze, non si riesce più a fare gli straordinari, oppure, se il contratto è precario si perde proprio il lavoro. Anche in caso d'invalidità riconosciute, possono passare mesi prima di ricevere aiuti strutturali: e chi è in affitto, dopo l'inadempienza di 3 mensilità rischia lo sfratto” spiega Senio Visentin del Centro d'ascolto diocesano.

**„Die gute Nachricht  
La buona notizia**



Foto Caritas/Petra Gasser

## Caorle-Pärchen

Steffi und Manuel haben sich als Kinder im Familienurlaub im Ferienhaus der Caritas „Villa Oasis“ in Caorle kennengelernt. Sie war 7, er 11 Jahre alt. Danach haben sie sich 7 Jahre lang aus den Augen verloren, bis Manuel Steffi auf Facebook aufgespürt und ihre eine Freundschaftsanfrage gesandt hat. Aus der Freundschaft entwickelte sich bald eine Liebesbeziehung. Heute sind sie Eltern der 3-jährigen Naomi. Seit ihrer Geburt verbringt die junge Familie ihren Urlaub wieder alljährlich in der Villa Oasis, wo sie auch den Geburtstag der Kleinen feiern. Voriges Jahr haben sich Steffi und Manuel auch dort verlobt; mittlerweile sind sie verheiratet und bereit für ein neues Abenteuer in Caorle. Wir freuen uns sehr, dass wir als Caritas etwas zu diesem tollen Familienglück beitragen konnten.



Foto Caritas

## Sabati ad arte

Materiali secchi e ad acqua, tecniche di scultura e new media: da agosto, ogni sabato Casa Margaret si trasforma in un piccolo atelier. Come diligenti artigiane, le ospiti della struttura sperimentano vari materiali alla ricerca di quello più affine alla loro dimensione creativa. L'obiettivo, sotto la guida di Petra Deanesi, tirocinante in Arteterapia a Modello Polisegnico, è quello di imparare a leggere i manufatti artistici prodotti in laboratorio come opere relazionali, in grado di sostenere la persona in un percorso di promozione dell'autonomia e dell'autostima, contribuendo a migliorare la qualità di vita.

## „Südtirol hilft“

„Das Leid können wir den Menschen nicht abnehmen, wohl aber ihre finanziellen Sorgen“, sagt Heiner Feuer, Präsident des Vereins „Südtirol hilft“, der größten Hilfsaktion in der Vorweihnachtszeit in Südtirol. 1.315 Einzelpersonen und Familien haben im vergangenen Jahr von dieser Hilfe profitiert, das sind doppelt so viele wie das Jahr davor. 1,5 Millionen Euro an Spendengeldern wurden dafür ausgegeben. Auch heuer findet „Südtirol hilft“ wieder statt mit Versteigerungen, Lotterien, dem Verkauf des Lumina-Weins und dem großen Spendenmarathon am 23. Dezember. Der Erlös all dieser und vieler anderer Aktionen fließt in den guten Zweck. Die Caritas ist von Anfang an bei „Südtirol hilft“ mit dabei.



Foto Caritas

**„Das Interview  
L'intervista**

## „Niemand sollte zeitlebens Almosenempfänger sein“

Interview: Christoph Hofbeck

Der Teufelskreis von Armut und Krankheit zeigt sich in vielen Caritas Diensten. Dienststellenleiterin Monika Verdorfer kennt die verschiedenen Facetten, sowohl bei wohnungslosen als auch psychisch kranken Menschen.

**Monika, du leitest in Meran den Tagesclub für psychisch kranke Menschen. Wie ist die gesundheitliche Situation der von euch betreuten Personen?**

Unsere Besucher und Besucherinnen weisen unterschiedliche chronische Krankheitsbilder auf, haben teils auch schwere psychiatrische Pathologien. Einige Ältere leiden zudem unter körperlichen Einschränkungen. Im Tagesclub bekommen alle ein Stück Stabilität, einen strukturierten Tagesablauf; wir versuchen, so weit wie möglich, ihre Selbständigkeit zu fördern. Leider stehen sie und ihre Angehörigen mit zunehmendem Alter vor besonderen Herausforderungen, da spezifische Wohneinrichtungen in Südtirol rar sind.

**Welche Rolle spielt Armut, wo wird diese bei den von euch betreuten Personen sichtbar?**

Die meisten leben allein von der Zivilinvalidenrente. Manche erhalten über spezielle Beschäftigungsprojekte noch eine zusätzliche, kleine Vergütung. Jedoch stehen viele unter finanziellem Druck, nicht erst wegen der aktuellen Preissteigerungen, und sind auf Lebensmittelspenden angewiesen.

**Dagegen bei obdach- und wohnungslosen Menschen, mit welchen Herausforderungen seht ihr euch dort konfrontiert?**

Viele befinden sich in schlechter gesundheitlicher Verfassung, sowohl körperlich als auch psychisch. Meist sind es mehrere Problematiken auf einmal, häufig ist ein Suchtproblem dabei. Einige sind

bereits nah am Rentenalter, es geht ihnen gesundheitlich nicht gut, sie bekommen aber keinen Platz im Pflegeheim. Gleichzeitig beherbergen wir auch einige, die einer Arbeit nachgehen, jedoch keine reguläre Wohnung finden. Armut und Ausgrenzung bedeutet auch, im Obdachlosenheim wohnen zu müssen.

**Wie steht es um die medizinische Versorgung eurer Gäste?**

Viele unserer Gäste werden von Fachdiensten betreut, benötigen laufend Behandlungen oder Therapien. Unsere Zusammenarbeit mit dem Netzwerk ist also sehr eng. Immer wieder kommt es jedoch vor, dass wohnungslosen Menschen der Zugang zu öffentlichen Leistungen verwehrt wird, weil ihnen der Wohnsitz oder andere Voraussetzungen für die Einschreibung in den Gesundheitsdienst fehlen.

**Was würde den Betroffenen helfen?**

Menschen mit psychischen Erkrankungen brauchen vor allem eine Perspektive, eine angemessene Versorgung im Alter und eine finanzielle Absicherung. Sie sollten nicht zeitlebens Almosenempfänger sein. Und auch wohnungslose Menschen haben ein Recht auf ein würdevolles Leben. Dazu gehört die Chance auf ein autonomes Leben, in einer eigenen Wohnung, ohne dauerhafte Armut. Auch der Zugang zu Gesundheitsleistungen sollte gewährleistet sein. Man darf nicht vergessen, dass davon eben auch die gesamte Gesellschaft profitiert.



Foto Caritas

**Monika Verdorfer, ausgebildete Pädagogin, leitet in Meran 2 Dienste der Caritas: den Tagesclub, eine Begegnungsstätte für Menschen mit psychischen Erkrankungen, welche die Caritas im Auftrag der Bezirks-gemeinschaft Burggrafenamt führt und das Caritas Haus Archè mit seinen angeschlossenen Einrichtungen für obdach- und wohnungslose Menschen in Meran, die größtenteils von der Gemeinde finanziert werden.**

# Raus aus der Schuldenfalle

## Es gibt Auswege – Schuldenberatung wirkt

Renata Plattner



### Das tut die Schuldenberatung

Die Caritas Schuldenberatung bietet eine umfassende Lebensberatung an. Gemeinsam mit den Ratsuchenden werden ihre finanzielle Gesamt- und Verschuldungssituation geprüft, die Verschuldungsursachen sowie ihre Einnahmen- und Ausgabensituation. Auch die psychosoziale und familiäre Situation werden angesehen. Bei Bedarf wird mit Sozialsprengeln sowie Diensten für Abhängigkeits-erkrankungen und anderen zusammengearbeitet.

Schulden sind eine enorme Belastung. Sie können Betroffene in existenzielle und gesundheitliche Schwierigkeiten bringen. Der Weg aus den Schulden heraus ist steinig und hart. Die Caritas Schuldenberatung ist dabei ein wichtiger und wertvoller Begleiter.

Elisabeths Leben geriet nach der Scheidung aus den Fugen. Depressionen, Zukunftsängste und Einsamkeit führten sie in die Spielsucht und in eine finanzielle Abwärtsspirale. Sie nahm Kleinkredite auf, bezahlte Rechnungen nicht und verlor ihren Job. Auf Anraten einer Bekannten wandte sie sich an die Caritas Schuldenberatung. Nach fast 2 Jahren intensiver Begleitung und Beratung konnte sie ihre Finanzen ordnen und ihre Spielsucht überwinden. Auch ihre Familie wurde in den Prozess mit einbezogen. Heute arbeitet Elisabeth wieder und hat ein gutes Verhältnis zu ihren Söhnen. „Die Schuldenberatung gab mir nicht nur finanziell Halt, sondern auch mein Selbstvertrauen zurück“, sagt sie dankbar.

## Teufelskreis Schulden

„Schulden können der Anfang eines bitteren Teufelskreises werden, wenn sie den Menschen über den Kopf wachsen. Erdrückende Rückzahlungsverpflichtungen, stapelweise Mahnbriefe, Ärger in der Familie, Ängste und Schlafstörungen sind typisch für einen Prozess, den zu stoppen ohne Hilfe Dritter, nicht gelingt“, sagt Petra Priller, die Leiterin der Caritas Schuldenberatung. Diese ist seit 25 Jahren Rettungsanker für viele. „Mit Empathie und Sachverstand, viel Wissen rund um das Thema Geld und Finanzen gehen unsere Beraterinnen und Berater auf jeden Fall einzeln ein – ein Angebot, das völlig kostenlos ist und von vielen genutzt wird“, betont Priller.

**„In einer Situation, in der alles nur noch schwarz ist, ist das wie ein Wunder, wenn einem geholfen wird. Man kann es anfangs fast nicht glauben.“**

Eine Klientin der Caritas Schuldenberatung

## Wer ist gefährdet

Die Mehrheit der Ratsuchenden bei der Caritas Schuldenberatung sind einkommensschwache Personen, kinderreiche Familien und Rentenbezieher mit kleinen Renten. Über 50 Prozent haben einen niedrigen Bildungsstatus, was das Risiko erhöht, in die Schuldenfalle zu tappen. Die Altersgruppe der 36- bis 55-Jährigen sucht am häufigsten Hilfe. Das durchschnittliche Einkommen der Menschen, die von der Schuldenberatung beraten werden, beträgt 1.400 Euro.



## Schuldenberg abbauen

50.000 Euro beträgt die durchschnittliche Verschuldung der Personen, die die Schuldenberatung aufsuchen. Mit Plänen zur Rückzahlung, Nachverhandlungen zu Ratenzahlungen und außergerichtlichen Einigungen helfen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter den Betroffenen ebenso wie mit finanziellen Unterstützungen bei Mietschulden, Strom-, Gas- und Gesundheitsausgaben. So können viele finanzielle Probleme gelöst, Zwangsräumungen und der Gang vor Gericht oft vermieden werden.

## Finanzspritzen

Die Caritas Schuldenberatung unterstützt nicht nur durch Beratung, sondern auch finanziell. In den vergangenen 25 Jahren wurden knapp 3,5 Millionen Euro an Spendengeldern verwendet, um Menschen in Südtirol zu helfen, Mietrückstände, Strom- und Gasrechnungen sowie Gesundheitsspesen zu begleichen.



## Über Geld sprechen

Mit Geld muss man richtig umgehen und über Geld muss man sprechen. Das lehrt die Caritas Schuldenberatung an Schulen und bei Vorträgen. Seit 2018 gibt es zudem eine Budgetberatung sowie seit 2021 einen WhatsApp-Schuldenservice (Tel. 335 176 0546).

Infos:



# Spazi di cura in carcere

Intervista: Roberta Bravi

## Di cosa ci si ammala in carcere?

Il carcere alimenta sia un'implosione nervosa (insonnia, ipersensibilità, autolesionismo) che un'esplosione (aggressività). Oltre alle patologie all'ingresso, circa il 40% dei detenuti soffre di almeno una malattia mentale, e il 28% di patologie virali, epatite C, epatite B, HIV, tubercolosi. Un altro problema prioritario sono le malattie sessualmente trasmesse (sifilide, clamidia, gonorrea e tricomoniasi), e le infezioni/infestazioni come la pediculosi, la scabbia e le micosi causate dal sovraffollamento, dalla scarsa igiene e della condivisione di docce.

## Da inizio anno, in Italia, ci sono stati 61 suicidi fra i detenuti e 7 fra il personale di Polizia Penitenziaria: come fare prevenzione?

La prevenzione per le persone detenute prevede un'attivazione sanitaria e assistenziale, e di un percorso di "intervento continuo" che estende l'attenzione dalla fase di ingresso in carcere all'intero corso della detenzione, nei momenti più critici quali udienze, eventi familiari traumatici, trasferimento in altro carcere, l'avvicinarsi della fase di libertà spesso vissuta con grande preoccupazione per la mancanza di concrete prospettive future. Molto importante è la valorizzazione dei "peer supporter", cioè di quei detenuti che, formati adeguatamente, svolgono un ruolo preventivo di supporto alla rete multi professionale, per intercettare nel più breve tempo possibile i segnali di disagio e sofferenza correlati al rischio autolesivo e/o suicidario. Sono inoltre previste verifiche delle condizioni di disagio del personale di Polizia Penitenziaria per tutelare la salute psichica di chi vive in prima linea l'ambiente del carcere, con l'attivazione di un supporto psicologico psicoterapeutico per la gestione dei vissuti potenzialmente

traumatici (suicidi o tentati suicidi dei detenuti, aggressioni agli operatori, evasioni ed altre conflittualità).

— L'impatto con il carcere è traumatico: insorgono stati angosciosi e disperati legati alla reclusione che ha un effetto di per sé "patogeno" come fabbrica di handicap (Ruggiero 2011) a ciò si aggiungono i limiti strutturali che spesso non permettono agli operatori di alleviare la sofferenza

## Ci sono molti detenuti con tossicodipendenza: che supporto ricevono?

I dipendenti da sostanze in carcere sono una larga fetta della popolazione, spesso portatori di patologie infettive, e hanno bisogno sia di cure organiche che di supporto psicologico e talvolta psichiatrico. Richiedono un'assistenza completa sia farmacologica (sostanza sostitutiva) sia di una presa in carico in toto, poiché prevenzione, cura e riabilitazione devono avvenire con la rete dei servizi: SERD all'interno del carcere, territorio e servizi sociali. È importante concedere le misure alternative per realizzare il vero recupero in una comunità. Vi sono poi detenuti farmacodipendenti, che creano un miscuglio con antidolorifici, ansiolitici, antidepressivi e farmaci sostitutivi, abusando di farmaci impiegati diversamente dall'indicazione terapeutica. Nella battaglia contro le forme di dipendenza, promuoviamo un approccio multidisciplinare e pluri-professionale per rispondere adeguatamente ai bisogni effettivi dell'individuo.

## Se fosse un paziente, quale sarebbe lo stato di salute del carcere di Bolzano?

Sarebbe in mutamento, legato alla rivisitazione della medicina penitenziaria:



Foto Caritas/Roberta Bravi

**Maria Elisa Bigarelli**, dirigente medico e medico incaricato presso la Casa Circondariale di Bolzano. "Nonostante la tensione quotidiana tra sicurezza e tutela del bene salute, lavoriamo per conciliare le esigenze pratiche della detenzione con cure paragonabili a quelle del servizio sanitario pubblico, per garantire un diritto costituzionalmente sancito e propedeutico al senso di dignità e di recupero psico-sociale del detenuto".

dal concetto di assistenza che trova espressione a partire da un modello di cura centrato sulla malattia ad un approccio teso alla promozione della salute, quindi, verso l'intento di "prenderci cura" della persona prima ancora che "curarla".



## Un euro al giorno

Con 360 euro si provvede al sostegno di un bambino per un anno. A Skopje i costi comprendono oltre al vitto anche 5 stipendi (4 insegnanti e il responsabile), libri, materiale scolastico, riscaldamento e affitto.

# Infanzia "Spalla a spalla"

Da oltre 20 anni, nella periferia di Skopje in Macedonia, bambine e bambini appartenenti alla comunità Rom ricevono sostegno e accompagnamento pedagogico per frequentare con successo la scuola.



Foto Caritas

Il progetto rientra nel più ampio sostegno all'infanzia di Caritas, attivo in 5 Paesi (Macedonia, Eritrea, Kenya, Brasile, Bolivia) che mira a migliorare le condizioni di vita di minori appartenenti a comunità molto povere, attraverso l'emanipazione scolastica e un contributo alimentare. "Queste forme di solidarietà 'a distanza' hanno un buon successo, perché offrono a bambine e bambini una reale e concreta possibilità di migliorare il proprio presente e futuro" racconta Sandra D'Onofrio, responsabile dei progetti di cooperazione internazionale della Caritas, di ritorno dalla Macedonia. "Moltissimi Rom non sono registrati

all'anagrafe, sono disoccupati e vivono come possono, attraverso piccoli commerci o raccogliendo plastica e cartone. Molti sono analfabeti e la percentuale sale in riferimento alla lingua macedone". Il centro di Irhom Topaana a Skopje permette a 40 bambini di frequentare un biennio di asilo pre-scolare con una totale immersione nella lingua ufficiale utilizzata a scuola. In modo ludico apprendono le prime nozioni scolastiche e imparano il vocabolario base che gli permetterà di seguire poi le lezioni. Altri 40 bambini già inseriti nelle classi delle elementari, hanno invece la possibilità di frequentare corsi di doposcuola pomeridiani.

**— Hilfe wirkt**  
**Aiutare conta**

# Neues „Zuhause“ für Gäste vom Tagesclub

Es ist ein bisschen wie ihr zweites Zuhause: 25 Besucherinnen und Besucher kommen täglich hierher, um mit ihren Sorgen, Ängsten und Depressionen nicht alleine zu Hause zu sitzen. Nun hat der Tagesclub der Caritas für Menschen mit psychischen Erkrankungen in der Verdistrasse 14 in Meran einen neuen Platz.



Foto Caritas

Es ist das ehemalige Klostergebäude der Kreuzschwestern, welches nun der Caritas gehört. Neben dem Tagesclub sollen in dem Haus „Maria Theresia“, wie es nach der Ordensgründerin Maria Theresia Scherer benannt wurde, fortan auch das Trauercafé und Menschen mit Wohnproblemen untergebracht werden. „Caritas braucht Strukturen, doch das Wichtigste sind die Menschen, die sich dort aus Nächstenliebe engagieren“, betonte Bischof Ivo Muser als er dem Haus vor kurzem bei der Eröffnung den Segen erteilte.

„Dieses Gebäude, bekannt als ‚Marienherberge‘, war immer schon ein Ort der Zuflucht und Unterstützung. Wir sind stolz, diese Tradition fortzuführen“, sagt Caritas-Direktin Beatrix Mairhofer. Als erstes zog nun der Tagesclub ein. Er bietet Menschen mit psychischen Erkrankungen einen geschützten Raum für soziale Kontakte und kreative Aktivitäten. Unterstützt von Fachkräften fördert er die soziale Integration der Besuchenden.

„Der Tagesclub ist zentraler Bestandteil der psychosozialen Versorgung in Meran und verbessert die Lebensqualität der Besuchenden erheblich“, ist Monika Verdorfer, die Leiterin des Tagesclubs, überzeugt. Für viele ist er wie ein zweites Zuhause.

## Halt finden im Tagesclub

„Wer unter psychischen Problemen leidet, dem tut das Alleinsein nicht gut. Im Tagesclub der Caritas können Betroffene in einem sicheren Umfeld neue Kraft schöpfen und positive Erlebnisse teilen.“



Foto: images.mentalhealth.org

Spendenkennwort: Seelische Not

Spendenkonten auf S. 19

**— Schaufenster**  
**La vetrina**



Foto Caritas

## — Gesti solidali

Esiste un modo originale per sostenere i progetti di aiuto della Caritas e dedicare il gesto a una persona cara. Parliamo di “Regali solidali” che hanno il potere di sostenere chi è in difficoltà, in Alto Adige o in altri luoghi del mondo. La lista completa di regali si trova sul sito [www.caritas.bz.it](http://www.caritas.bz.it) e la scelta è ampia. Si possono regalare animali, come la capra, l’asino, il bue e le galline, che vengono concretamente ricevuti dalle famiglie delle comunità inserite nei progetti di cooperazione internazionale di Caritas, e che servono a ridurre il carico di fatica nei lavori tradizionali, a integrare le fonti di reddito di piccoli allevatori o ad arricchire la dieta di famiglie povere in Africa. Si possono donare anche altri “pacchetti” di azioni concrete

## — Krisentelefon wird viel genutzt

In Südtirol gibt es seit April ein neues Angebot für Menschen in psychischen Krisensituationen: Bei der Grünen Nummer (**800101800**) handelt es sich um einen 24-Stunden-Service, der niederschwellig, aber dennoch professionell unterstützt. In den ersten 5 Monaten wurden beim Psychologischen Kri-

sentelefon 1.273 Anrufe registriert, etwa 7 pro Tag. Fast zwei Drittel der Anrufenden waren Frauen, im Durchschnitt waren sie 48 Jahre alt. Im Vordergrund standen depressive Zustände und Ängste z.B. aufgrund von privaten, familiären Problemen oder Vereinsamung, sowie auch nicht selten die Sorge um Andere.

**young**  
Caritas

## — Schule am Meer

Ausbrechen aus dem gewöhnlichen Schulalltag, ans Meer fahren und trotzdem was lernen. Das ist auch in diesem Schuljahr möglich. Die youngCaritas organisiert in ihrer Ferienstruktur in Caorle wieder 2 spannende Sprachprojektwochen für Schulklassen und zwar vom 19. bis 24. Mai 2025 und vom 26. bis 31. Mai 2025.

Am Vormittag steht der Unterricht im Mittelpunkt. Lehrpersonen können selbst unterrichten oder Referenten der youngCaritas buchen. Nachmittags und abends sorgt ein Animations-team für abwechslungsreiche Freizeitangebote und Abendveranstaltungen. Lehrpersonen haben zudem die Möglichkeit, Ausflüge mit ihren Klassen zu organisieren.

Für den Unterricht können die Themen „Die Welt der Vielfalt“ oder „Nachhaltig und vielfältig“ „gebucht“ werden. Alternativ kann ein eigenes Programm, wie eine Sport-, Kreativ- oder intensive Lernwoche geplant werden. Anmeldungen sind bis Ende November möglich. Das Anmeldeformular ist auf der Webseite der youngCaritas abrufbar.



Foto: Caritas

di solidarietà in Alto Adige, come i “Pasti-letto” per senza tetto o il “Salvagente” che aiuta le persone ad affrontare situazioni di crisi. Per ogni regalo si riceve un certificato personalizzato e una piccola confezione regalo da consegnare a chi si desidera.

**Psychologisches  
Krisentelefon**

**800101800**

**24/7**

## — Schaufenster La vetrina



Foto Caritas

## — Raddoppiare i desideri

“Sogni e vai”, il servizio cogestito da Caritas e Croce Bianca che esaudisce gli ultimi desideri di persone gravemente malate, può ora contare su un secondo veicolo e 27 nuovi volontari. In questo modo si soddisfa la crescente domanda di ‘viaggi dei desideri’ in tempi ancora più brevi, permettendo a un maggior numero di passeggeri di trascorrere momenti emozionanti tornando in luoghi per loro importanti. Chiesette, paesini remoti, laghetti o punti panoramici che evocano bei ricordi: la nuova macchina di “Sogni e vai”, essendo più piccola, si adatta bene alle strade strette e può raggiungere agevolmente anche le destinazioni più impervie di un territorio montano come l’Alto Adige. I passeggeri la cui condizione fisica lo consente, potranno viaggiare seduti sulla propria sedia a rotelle, anziché sul lettino come avviene nel modello più grande, lasciando spazio sufficiente anche ai parenti che desiderano accompagnarli. A tutto il team di volontari e passeggeri: buon viaggio!



## — Neue Grafik, neuer Name

Die Ferienanlagen der Caritas in Caorle und Cesenatico haben ein neues grafisches Erscheinungsbild erhalten. Im Zuge dieser Neugestaltung wurde auch der Name der Kinderferiensiedlung Josef Ferrari geändert. Da die jungen Besucher die Anlage schon seit Jahren liebevoll „Kollo“ nennen und dieser Name bei einer Umfrage der absolute Favorit war, wird die beliebte Kinderferiensiedlung künftig offiziell diesen Namen tragen. Im Eingangsbereich des Gebäudes wird weiterhin an die Verdienste des bisherigen Namensgebers Josef Ferrari erinnert: der ehemalige Priester und Schulamtsleiter hat sich in der Nachkriegszeit sehr für die deutsche Schule eingesetzt. Die neue Grafik, ausgearbeitet von der Gruppe GUT, tragen künftig auch die Villa Oasis samt Bungalowanlage in Caorle und die 12Stelle in Cesenatico. Damit zeigt sich das gesamte Ferienangebot der Caritas einheitlich in einem neuen, frischen Kleid.

## — Caritas-Hilfe nach Überschwemmungen in Mitteleuropa

Die Caritas Diözese Bozen-Brixen hat nach den verheerenden Überschwemmungen in Mitteleuropa 15.000 Euro aus dem Katastrophenfonds bereitgestellt und die Südtiroler Bevölkerung zum Spenden aufgerufen. Die Mittel wurden und werden genutzt, um den betroffenen Menschen in Österreich, Polen, Tschechien und Rumänien dringend benötigte Hilfsgüter wie Trinkwasser, Lebensmittel und Hygieneartikel zu liefern.

„Unsere Kollegen vor Ort haben die Nothilfe koordiniert und ein dichtes Netz von Freiwilligen eingesetzt. Sie haben Gutscheine und finanzielle Hilfen verteilt und die Menschen mit lebensnotwendigen Gütern versorgt“, berichtet Sandra D’Onofrio, Leiterin der Katastrophenhilfe der Südtiroler Caritas. Trotz dieser Maßnahmen bleibt die Not groß. „Jetzt, da die erste Notfallphase vorbei ist, unterstützen wir die Menschen beim Wiederaufbau ihrer Häuser und ihres Lebens.“

Die Caritas bittet daher weiterhin um Spenden. Diese können auf eines der Caritas-Konten mit dem Verwendungszweck „Katastrophenhilfe/Überschwemmung Mitteleuropa“ überwiesen werden.



Foto Caritas, Polen



Foto Caritas

## — Una tappa in più per l’unità mobile B7

Un anno e mezzo fa, il servizio Caritas Binario7 che assiste persone tossicodipendenti a Bolzano, lanciava il progetto di unità mobile: un piccolo camper attrezzato con personale preparato, materiale informativo e tutto il necessario per prevenire infezioni e overdose.

Oggi si aggiunge una nuova tappa: oltre alla fermata di piazza Verdi, il camper presidierà anche la zona all’angolo fra viale Trento e ponte Roma, per prendere contatto con giovani e adulti esposti ai rischi del consumo di stupefacenti. Tutti i mercoledì, in orario 14 – 16, operatrici e operatori forniranno materiale sterile, raccolta e cambio siringhe, nonché attività di sensibilizzazione a tutti gli interessati.

## — Reden hilft, Schreiben auch!

Es tut gut, sich mit einem Außenstehenden auszutauschen, wenn etwas auf die Seele drückt: im persönlichen Gespräch, am Telefon, aber auch im schriftlichen Kontakt. Manche Menschen schreiben lieber über ihre Sorgen und Ängste, als darüber zu reden, vor allem wenn es um schwierige und schambehaftete Themen wie Gewalt, Mobbing, Missbrauch, psychische Probleme oder Suizidgedanken geht. Deshalb bietet die Caritas Telefonseelsorge seit kurzem ein neues Chat-Angebot an. Die eigens ausgebildeten Freiwilligen sind unter [www.telefonseelsorge.bz.it](http://www.telefonseelsorge.bz.it) kostenfrei, völlig anonym und ohne Anmeldung von Montag bis Donnerstag jeweils von 18 bis 21 Uhr erreichbar.



## — Solidarität e impegno per il clima

Nell’ultimo anno, la “Corsa dei miracoli” di youngCaritas ha ricevuto circa 300 donazioni da scuole e gruppi aderenti all’iniziativa, raccogliendo una somma complessiva di oltre 22.000 euro. Tutto il ricavato derivante da questa generosità, sarà devoluto al progetto dei “Regali solidali” della Caritas, e andrà a sostenere il “Pacchetto per il clima”, ovvero un programma di cooperazione internazionale che promuove interventi concreti di contrasto al cambiamento climatico in Africa, che aiutano le comunità

più vulnerabili a fronteggiare le sfide ambientali. La partecipazione attiva di tanti giovani e istituti dimostra che, unendo le forze, si possano raggiungere grandi risultati con ricadute significative per il bene comune. L’impegno di youngCaritas va quindi avanti, con l’invito aperto a tutti gli interessati ad unirsi anche quest’anno alla nuova edizione della Corsa dei miracoli! Informazioni e dettagli su come partecipare su [www.youngcaritas.bz.it](http://www.youngcaritas.bz.it).



Foto Caritas

# Ich bin dabei, weil... Partecipo perchè...

“...ciò che ricevo in cambio è molto di più! Quando sono andato in pensione, ho iniziato a tenere corsi d'italiano nelle strutture Caritas e non ho ancora smesso. Ho incontrato uomini e donne diversi per etnia, cultura, religione, ma accomunati dalla speranza di trovare un futuro migliore. Sono stato ripagato con la riconoscenza, ma ho capito subito che dare gratuitamente riempie la vita di senso, rendendola appagante e gratificante”.

Paolo Refatti, volontario di Casa Freinademetz da 11 anni.



Foto Caritas



Foto Caritas

„...ich als Sekretärin in der Psychosozialen Beratung in Schlanders in direktem Kontakt mit Menschen bin. Sie vertrauen uns ihre Sorgen an, das erfordert viel Gespür, Diskretion und manchmal auch Abgrenzung. Meine Arbeit erfüllt mich, wenn ich sehe, wie Menschen aus schwierigen Situationen herausfinden und neue Lebensfreude entwickeln. Wichtig ist mir auch unser offenes und engagiertes Team.“

Walli Unterholzner (im Bild) ist bereits seit 31 Jahren bei der Caritas.



Foto Privat

## Schenken mit Sinn zum Valentinstag

1.420 Euro sind heuer bei der Valentinsaktion der Südtiroler Gärtnervereinigung für unser Projekt „Schenken mit Sinn“ eingegangen. „Mit dieser Aktion gelingt es uns, 2 schöne Dinge miteinander zu verbinden: Blumen aus unserer eigenen Produktion für die Liebsten zum Valentinstag und zugleich Obstbäumchen für Familien in Äthiopien, die damit vitaminreiche Früchte und wohltuenden Schatten geschenkt bekommen“, sagt Stephan Kircher, der Obmann der Südtiroler Gärtnervereinigung. Die Aktion fand heuer zum 12. Mal statt. Wir bedanken uns herzlich für die tolle Unterstützung!

„...die Jugendlichen bzw. Ortsgruppen, die unseren Kalender machen, immer selbst entscheiden lassen, welche Organisation sie mit dem eingehenden Geld unterstützen. Wir als SKJ wissen, dass es auch im wohlhabenden Südtirol Not und Leid gibt, deshalb freut es uns, dass wir mit dazu beitragen können, Betroffenen einen Funken Hoffnung zu schenken.“

Südtirols Katholische Jugend (im Bild der Vorsitzende Simon Klotzner) unterstützt nun schon seit Jahren mit ihrer Adventskalenderaktion unsere Tätigkeiten. Dafür ein großes Danke!

## Testament der guten Tat



Caritas-Direktorin  
Beatrix Mairhofer

**Erbschaften und Nachlässe spielen für die Caritas eine bedeutende Rolle. Wie wichtig sind solche Zuwendungen für ihre Arbeit?**

Erbschaften und Nachlässe sind für die Caritas von enormer Bedeutung. Sie ermöglichen es uns, langfristig und nachhaltig Projekte zu finanzieren, die ohne diese Unterstützung nicht möglich wären. Solche Zuwendungen sind eine tragende Säule unserer finanziellen Planung. Für die Erblasser ist es eine schöne Möglichkeit, über ihr Leben hinaus Spuren zu hinterlassen und Menschen zu helfen, denen es im Leben vielleicht nicht so gut geht.

Per chi fa testamento, è una meravigliosa opportunità di lasciare un segno al di là della propria esistenza, aiutando anche le persone con una vita meno fortunata.

**Können Sie uns Beispiele geben, wie Erbschaften konkret verwendet werden?**

Natürlich. Häufig fließen Erbschaften in die Finanzierung von sozialen Projekten wie der Unterstützung von bedürftigen Familien, der Betreuung älterer Menschen oder der Hilfe für Obdachlose. Sie helfen uns auch, neue Projekte zu initiieren und langfristig zu betreiben, was ohne regelmäßige Förderungen vonseiten der öffentlichen Hand oft schwierig ist.

**Wie geht die Caritas mit Erbschaften um, die ihr vermacht werden?**

Wir nehmen jeden Nachlass als Verantwortung an. Unser Ziel ist es, das Erbe im Sinne des Verstorbenen bestmöglich einzusetzen. Dazu führen wir intensive Gespräche mit den Erben, um deren Wünsche und die Absichten des Verstorbenen zu verstehen und zu respektieren.

Infos:



# \_100%

**Ihre Spende kommt an.**

Die Caritas setzt Ihre Spende verantwortungsbewusst und effizient ein. Genau dort, wo Sie es wünschen und es uns mitteilen. Handelt es sich um Hilfsprojekte außerhalb unserer Landesgrenzen, werden 6 Prozent für den anfallenden Aufwand der Caritas verwendet.

Dank eines großzügigen Beitrages der Südtiroler Raiffeisenkassen sind die Informationen der Caritas an die Spenderinnen und Spender (Caritashelp, Dankesbriefe etc.) zu einem guten Teil abgedeckt.

**La sua donazione arriverà a destinazione.**

È sufficiente comunicare a Caritas dove desidera che la Sua donazione venga impiegata responsabilmente e con efficacia. Nel caso di progetti di aiuto al di fuori dei confini provinciali, il 6% viene utilizzato per coprire le spese della Caritas.

Grazie al sostegno delle Casse Rurali, la Caritas può coprire buona parte delle spese per le attività d'informazione rivolte ai donatori (Caritashelp, lettere di ringraziamento, ecc...).

Wo Sie helfen können  
Dove puoi aiutare



**Spendenkonten  
Conti per le donazioni**

**Raiffeisen Landesbank**  
**Cassa Centrale Raiffeisen dell'Alto Adige**  
IBAN: IT42F0349311600000300200018  
**Südtiroler Sparkasse**  
**Cassa di Risparmio di Bolzano**  
IBAN: IT17X0604511601000000110801  
**Südtiroler Volksbank**  
**Banca Popolare dell'Alto Adige**  
IBAN: IT12R0585611601050571000032  
**Intesa Sanpaolo**  
IBAN: IT66A0324011610000006000065

Mit freundlicher Unterstützung von  
Con il gentile sostegno di

 **Raiffeisen**  
Meine Bank  
La mia banca



**Raiffeisen**

Mehr Nähe. Mehr Bank.  
Più vicini. Più banca.

**Nähe schafft  
Vertrauen.  
Più vicini,  
più fiducia.**

Werbemittelung | Messaggio pubblicitario

[www.raiffeisen.it](http://www.raiffeisen.it)

**Impressum | Colofon**

Iscritto nel Registro Nazionale della Stampa con il numero p. 11180 sotto il nome Caritashelp e nel ROC (registro degli operatori di comunicazione) con il numero 6716. Iscrizione al Tribunale di Bolzano con il numero 13/2000.

**Herausgeberin | Editrice**

Caritas Diözese Bozen-Brixen | Caritas Diocesi Bolzano-Bressanone, I-39100 Bozen | Bolzano, Sparkassenstraße | Via Cassa di risparmio 1, Tel. 0471 304 300, Fax 0471 973 428 info@caritas.bz.it, www.caritas.bz.it

**Verantwortliche Direktorin | Direttrice responsabile**

Renata Plattner

**Redaktion | Redazione**

Roberta Bravi, Christoph Hofbeck, Renata Plattner, Lara Rier

**Bilder | Foto** Caritas: Roberta Bravi,

Petra Gasser; Caritas Polen;

images.mentalhealth.org;

Pexels: Ron Lach, Kindel Media, Thirdman;

Pixabay: Peter Wilhelm, Rafael Juárez, u\_if8o5n0loo

**Grafisches Konzept | Concetto grafico**

Gruppe Gut, Bozen-Bolzano

**Grafik | Grafica** Valentina Cincelli

**Gesamtherstellung | Stampa** Athesiadruck,

Bozen-Bolzano

**Erscheinung | Pubblicazione**

viermonatlich | quadrimestrale

**Auflage | Tiratura** 30.300



**RECYCLED**

Papier aus

Recyclingmaterial

FSC® C010042