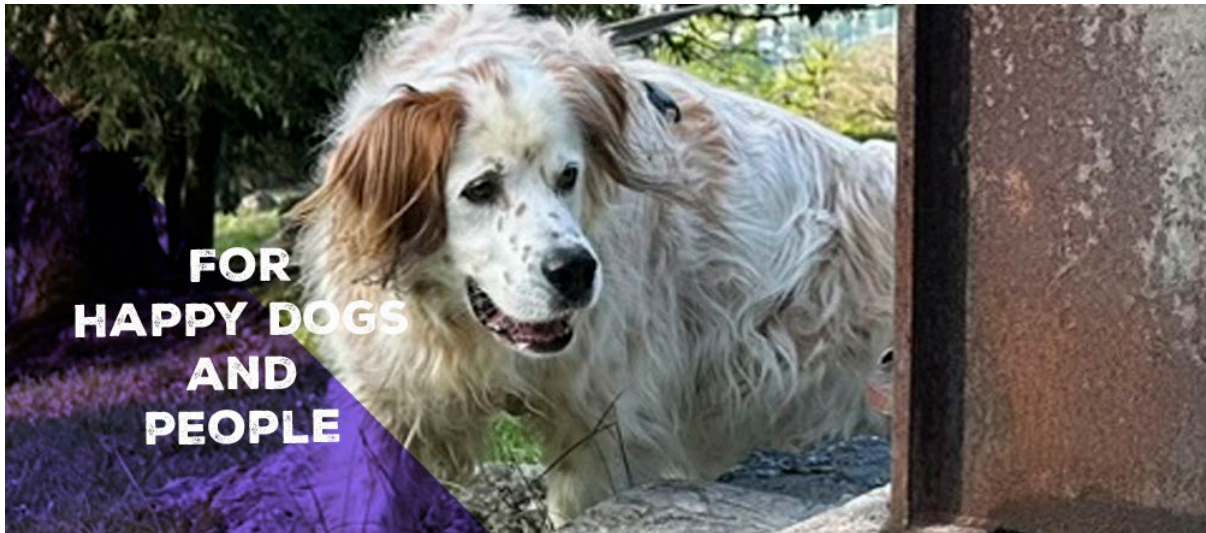


Newsletter Mai 2026

[im Browser ansehen](#)

NF footstep

foundation for happy dogs and people



Themen

- Wofür bist du heute morgen aufgestanden?
- NF footstep – Hundewochen im Montafon 🐾
- foundation for happy dogs and people - Kleiner Beitrag – grosse Wirkung
- News
- OceanCare: Faszinierendes für alle, die das Meer lieben.

[Download Newsletter als PDF](#)

Hast du dir diese Frage am Ende eines anstrengenden Tages auch schon gestellt? Oder an einem Morgen, wo dich der Wecker aus dem Schlaf gerissen hat? Oder in einem Moment, in dem vieles zwar gut gelaufen ist und du dich innerlich dennoch eher leer angefühlt hast.

Beim Lesen dieser Frage dachte ich: Spannendes Thema – damit möchte ich mich auseinandersetzen. Schauen wir mal, welche Gedanken mir so einfallen.

Jeder neue Tag beginnt für uns alle mit denselben 24 Stunden. Unabhängig davon, wer wir sind, wie wir leben, was wir besitzen oder welche Sorgen wir haben. Zeit verteilt sich zu 100% gerecht - und doch erleben wir sie völlig unterschiedlich.

Manche Tage fühlen sich leicht an, andere schwer. Manche verfliegen, andere wirken endlos. Wir erleben Tage voller Begegnungen, Freude und Lebendigkeit. Und solche, an denen wir vor allem funktionieren, uns verkriechen möchten oder uns fragen, weshalb wir aufgestanden sind.

Kennst du das Gefühl, in den Tag zu starten, ohne wirklich anzukommen? Der Blick aufs Handy. Gedanken an Termine, Verpflichtungen, To-do-Listen. Vielleicht bist du schon unterwegs, bevor du innerlich überhaupt wach geworden bist.

Und dann vergeht Stunde um Stunde. Wir erledigen, organisieren, reagieren, planen, tragen Verantwortung. Vieles davon ist wichtig oder gehört zum Leben. Wofür sind wir aufgestanden?

Für Leistung?

Für Pflichten?

Für Erwartungen?

Oder vielleicht für etwas ganz anderes?

Manchmal stehen wir auf für Menschen, die uns wichtig sind. Oder für Aufgaben, die Sinn machen, für kleine oder grosse Träume, Entwicklung, Hoffnung oder Momente, die wir noch nicht kennen.

Spätestens hier kommen unsere Hunde ins Spiel.

Unsere Hunde fragen nicht nach Status, Leistung, Erfolg oder Perfektion. Sie interessieren sich nicht dafür, wie viele Mails wir beantwortet haben, wie produktiv wir waren oder was auf unserer To-do-Liste steht. Sie freuen sich, dass wir da sind. Jetzt. In diesem Moment. Sie erinnern uns jeden Tag daran, was wirklich zählt: Die Verbindung, das Dasein ohne Bewertung. Vielleicht geht es genau deshalb darum nicht immer mehr zu tun, sondern bewusster.



Für viele Menschen sind Hunde einer der schönen täglichen Gründe aufzustehen. Nicht nur, weil unsere Vierbeiner raus müssen oder Futter brauchen. Sondern weil sie Sinn schenken, Struktur geben, Nähe ermöglichen, Bewegung fördern, Freude bringen und sie uns mit ihrer bedingungslosen Liebe beglücken.

Sie erinnern uns zu jeder Zeit, was wirklich zählt: Das sanfte Wecken am frühen Morgen, der gemeinsame Spaziergang bei jedem Wetter, der liebevolle Empfang bei der Rückkehr nach der Arbeit, der vertrauensvolle Blick oder das sanfte Ankuscheln, um eine Berührung abzuholen. Für unsere Hunde sind das keine Kleinigkeiten. Deshalb sollten sie es auch für uns nicht sein.

Wofür stehe ich heute eigentlich auf?

Vielleicht geht es gar nicht darum, wofür wir heute Morgen aufgestanden sind. Vielleicht geht es vielmehr darum, dass wir in Dankbarkeit einen neuen Tag beginnen dürfen.

Ich erfahre ganz aktuell und direkt, wie passend dieses Thema ist.

Am 1. Mai häuften sich die Negativmeldungen. Zuerst erhielt ich eine Nachricht, dass ein für mich sehr wichtiger Hund vermutlich in den nächsten Tagen eingeschlafert wird. Kurz darauf folgte die Nachricht, dass Aria, die beste Freundin von Kiran, an diesem 1. Mai über den Regenbogen gehen wird. Und dann erfuhren wir, dass Noldi, ein langjähriger Freund und Wegbegleiter, verstorben ist. Und es folgten weitere wenig erfreuliche Nachrichten.

Nach einer schlaflosen Nacht bin ich aufgestanden und habe diesen schwarzen Tag reflektiert.

Wofür stehe ich heute eigentlich auf?

Ich musste an die Zeilen denken, die ich für diesen Newsletter geschrieben hatte und stellte ganz bewusst die Dankbarkeit ins Zentrum.

Aria durfte nach einem wunderschönen und erfüllten Leben weiterziehen. Sie war getragen von viel Liebe. Sie hat diese Liebe stets geteilt und verschenkt.



Aria

Noldi hat in seinem Leben unglaublich viel bewegt, auch in meinem und im Leben von NF footstep. Über Jahre leitete er unsere Sanigruppe und war mit viel Engagement und Freude mit uns unterwegs. Gemeinsam mit seiner Frau Lucie schenkte er Kendy und Jack ein Zuhause. Durch seine Erkrankung wurde er immer schwächer und am Ende ist es vermutlich für alle eine Erlösung, dass ihm ein langes Leiden erspart geblieben ist.



Noldi mit Jack und



Kendy

Im Zusammenhang mit diesen Ereignissen durfte ich viel Unterstützung erfahren. Teilnehmende eines Kurses waren spontan bereit, den Start zu verschieben. Jana bot an, am Samstag arbeiten zu kommen, Menschen aus meinem Umfeld brachten sich selbstverständlich ein.

Es war zutiefst berührend zu erleben, wie sich gerade in diesen schwierigen Momenten so viel Liebe und Zusammengehörigkeit zeigt.

Wisst ihr was? Ich spüre ganz deutlich, wie sehr Dankbarkeit tragen kann.

In diesem Sinne wünsche ich uns Freude für das, was uns wir an diesem Tag erleben dürfen, Neugier für das, was auf uns wartet. Mut für die bevorstehenden Herausforderungen und vor allem Dankbarkeit für das, was wir haben.

Danke, dass ihr Teil meines Lebens seid oder gewesen seid.

Herzlich, Nicole

Nicole Föllme



NF footstep - Hundewochen im Montafon 🐾

Schon bald beginnen unsere Hundewochen 2026 im wunderschönen Montafon.

Suchst du eine Auszeit mit deinem Hund, fern vom Alltag, mit Zeit für Natur, Verbindung und gemeinsames Wachsen? Dann könnte eine dieser besonderen Wochen genau das Richtige für dich sein.

Unsere Hundewochen verbinden Lernen, Aktivitäten, Staunen, Erholung und grossartige Begegnungen. Es geht nicht um Perfektion, sondern um Beziehung, Freude und darum, gemeinsam neue Dinge zu entdecken.

Zwischen Bergen, Ruhe und wertvollen Impulsen entsteht genau das, was im Alltag zu kurz kommt: **Zeit füreinander.**

💛 Für zwei unserer Wochen ist aktuell noch je **ein letzter Platz frei**. Vielleicht wartet dieser Platz genau auf dich.

Wenn du spürst, dass euch diese gemeinsame Zeit guttun würde, freuen wir uns auf deine Nachricht.

Woche vom **08.-14. Juni 2026** und Woche vom **26.07.-02.08.2026**



foundation for happy dogs and people - Kleiner Beitrag – grosse Wirkung ❤️

Oft glauben wir, dass es etwas Grosses braucht, um wirklich etwas zu verändern. Eine hohe Spende, ein aussergewöhnlicher Einsatz oder besonders viel Zeit. Doch genau das stimmt oft nicht.

Manchmal ist es der kleine monatliche Beitrag, der für einen Hund den entscheidenden Unterschied macht. Die Unterstützung, mit der wir Futter finanzieren können, eine tierärztliche Behandlung ermöglichen, Sicherheit schenken. Oder einem Menschen in einer schwierigen Lebensphase helfen, indem wir uns an Tierarztkosten beteiligen und damit zumindest diese Sorge nehmen.



Jharo

Als Stiftung sind wir auf Menschen angewiesen, die mit dem Herzen hinschauen und verstehen, dass viele kleine Beiträge zusammen Grosses bewirken.

Jeder Franken hilft.
Jede Unterstützung zählt.
Jede Geste schenkt Hoffnung.

♥ Auch wenn du denkst, dass dein Beitrag nichts bewirkt, für ein Tier in Not, kann er alles bedeuten. Wenn du Teil davon sein möchtest, freuen wir uns von Herzen über deine Unterstützung.

Link: [Jetzt spenden](#)

OceanCare: Faszinierendes für alle, die das Meer lieben



Wenn sich eine Robbe in Netzen, Plastikschnüren oder anderem Meeresmüll verfängt, kommt an Grossbritanniens Küsten unsere **Partnerorganisation British Divers Marine Life Rescue (BDMLR)** zum Einsatz. Rettungsteams reagieren auf Hinweise aus der Bevölkerung und befreien verhedderte Tiere so schnell wie möglich.

Doch Rettung allein genügt nicht. Deshalb setzt OceanCare an der **Ursache** an:
Gemeinsam mit der Global Ghost Gear Initiative (GGGI) werden **verlorene Fischernetze geborgen** und ihre **Herkunft nachvollziehbar** gemacht. Gleichzeitig engagiert sich OceanCare in internationalen Umweltschutzgremien für die **Reduktion von Einwegplastik** und die **Eindämmung von Geisternetzen** - zum Schutz von Tieren und ihren Lebensräumen.

Möchten Sie unsere Tierschutzhunde unterstützen?

Kontoangaben für Spenden:
foundation for happy dogs and people
Kanalstrasse 5, 7304 Maienfeld

St.Galler Kantonalbank AG, 9011 St.Gallen
IBAN CH29 0078 1620 4911 2200 0
BIC / Swift KBSGCH22
Postkonto 90-219-8
Clearing-Nr. 781

Herzlichen Dank!
