

MITTEILUNGEN FRÜHJAHR 2023



**WIRKEN
AUF EINANDER**



**RUDOLF STEINER SCHULE
BERNER OBERLAND**

HEUTE

Sinn-voll aufeinander wirken SEITE 2

Wirken aufeinander -
Kunstgeschichte SEITE 8

GESTERN

Sprachlicher Rhythmus und
Bewegung als Hülle SEITE 14

Zur Kostümherstellung im Handarbeits-
unterricht in der 8. Klasse SEITE 19

Eindrücke vom 8.Klass-Spiel
Maria Stuart SEITE 20

MORGEN

Tredeschin, ein Singspiel SEITE 22

EIN TAG IM LEBEN VON...?

Nuria Bütikofer SEITE 24

STEINERSCHULE UND WAS DANN?

Joshua Rubin SEITE 27

WIR BESUCHEN

Ricarda Zawadzki SEITE 30

MÄRCHEN

Der Mensch und der Bär SEITE 38

AUS DER REDAKTION

Bleibt alles anders? SEITE 39

BUCHTIPP

Allein auf dem Meer SEITE 40

VORSCHAU

Besuchsnachmittag in den
Spielgruppen SEITE 42

WIR SUCHEN

Stelleninserat SEITE 47

INSERATE SEITE 48

FERIENORDNUNG SEITE 54

ADRESSEN SEITE 55

STANDORTE | KONTAKT SEITE 56

40 Jahre

RUDOLF STEINER SCHULE BERNER OBERLAND

Impressum

Herausgeber
Kollegium und Vereinigung
Rudolf Steiner Schule
Berner Oberland
Astrastrasse 15
CH-3612 Steffisburg

Beiträge und Artikel
Die Inhalte werden von den jew.
AutorInnen selbstverantwortet

Redaktion
Benjamin Kälin, Gabriele Ortner,
Magdalena Reinhard, Pascaline
Rubin, Jasmine Stampfli,
Daniela Steger, Natalie Wacker
mitteilungen@steinerschulebo.ch

Fotos
S. Titel u. Rücktitel, S.2, 4, 18-21,
25, 28, 31-35 Gabriele Ortner
S. 3, 6, Sarah Pfiffner
S. 9-13 Monika Wächter

Bildredaktion
Gabriele Ortner-Rosshoff
info@bilder-spektrum.ch

Korrektorat
Natalie Wacker
Magdalena Reinhard

Beilage:
Kulturfensterkarte

Auflage 750 Ex.
39. Jahrgang, Nr. 161

Erscheinungsweise
Vierteljährlich: Frühling, Sommer,
Herbst und Winter

Abonnementspreis
Jahresabonnement Fr. 20.-,
für Vereinsmitglieder gratis

Bankverbindung
PC 34-4839-5
IBAN CH59 0900 0000 3400 4839 5

Redaktionsschluss/Themen
1. Juni/Sommer
Wirken miteinander

Inserate
Gabriele Ortner
c/o Rudolf Steiner Schule
Berner Oberland
mitteilungen@steinerschulebo.ch

1 Seite 121 x 180 mm Fr. 280.-
½ Seite 121 x 90 mm Fr. 150.-
¼ Seite 121 x 45 mm Fr. 80.-

Layout
Gabriele Ortner-Rosshoff
www.bilder-spektrum.ch

Druck
Roth Druck
www.rothdruck.ch

Den Sinnen hast du dann zu trauen,
Kein Falsches lassen sie dich schauen
Wenn dein Verstand dich wach erhält.
Mit frischem Blick bemerke freudig,
Und wandle, sicher wie geschmeidig,
Durch Auen reichbegabter Welt.

Goethe

Liebe Leserin, lieber Leser

In unserem Schulalltag stehen in jeder Klasse verschiedene Themen auf dem Programm: Rechnen, Schreiben, die alten Kulturen, Säen und Ernten, Bauen, Tierkunde, Fremdsprachen, Mechanik, Sternkunde, Theater, Kunst und Musik, Handwerken usw. – mit jedem Sachgebiet, jeder Übung, jeder Tätigkeit hat es seine Bewandtnis. Alles baut aufeinander auf, jedes hat seine Wirkung auf das Kind, auf das Umfeld, aufs Lernen.

Was immer wir tun, unsere Sinne werden ganz nebenbei nicht nur beansprucht, sondern geschult, alle zwölf. Ja, Sie haben richtig gelesen: zwölf. Wir wissen, dass die Ausstattung mit Sinnen in der Tierwelt variiert, und kennen seit Aristoteles beim Menschen gemeinhin fünf Sinne. Rudolf Steiner forschte hierzu, ergänzte und gruppiert sie; da sind Körpersinne, Umgebungssinne und Erkenntnisinne. Aber welche sind das genau? Wie pflegen wir sie und warum?

Antworten hierauf und darauf, was “wirken aufeinander” mit den Sinnen, Maria Stuart, Tredeschin und dem Wind über dem Ozean zu tun hat, finden Sie in der Frühlingausgabe in ihren Händen.

Natalie Wacker

Sinn-voll aufeinander wirken

Nur über die Sinne lernt das Kind seinen eigenen Körper und die Beschaffenheit der Welt kennen.

Ankunft

Die Geburt bedeutet für den Menschen einen Übertritt in eine ungewohnte Welt. Schwerkraft, Druck, Kälte, Hunger, Helligkeit und Gerüche waren während der vorangegangenen Monate für den Embryo zunächst nicht erlebbar. Behagliche Wärme, Körpergeräusche wie das Pulsieren der Arterien sowie Schwerelosigkeit im Fruchtwasser waren die vorherrschenden Eindrücke im Mutterleib. Mehr oder weniger auf einen Schlag findet sich das Neugeborene nun in einer anders beschaffenen Welt wieder, die es sich in der Folge mühsam anverwandeln muss. Dabei lernt sein Auge das vollendete Sehen erst durch das Licht, das zu ihm dringt, und das Ohr das differenzierte Hören erst durch den Klang, der zu ihm schallt. Die Sinnesorgane wurden während der Schwangerschaft nur so weit ausgebildet, dass sie ab der Geburt durch ihren Gebrauch ihrer eigentlichen Bestimmung – nämlich dem Kennenlernen der Welt – dienen können.

Ob in der Kinderstube, im Kindergarten oder der Schulzeit; die bewusste Gestaltung der sinnlichen Umgebung ist von eminenter pädagogischer Bedeutung. Aus diesen Gründen beschäftigen wir uns in der Unterstufe zurzeit intensiv mit Rudolf Steiners Sinneslehre.

Mehr als 5 Sinne

Es gibt neben den bekannten fünf Sinnen – Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten – noch weitere Sinne, die allgemein anerkannt sind und denen eindeutige Sinnesorgane zugeordnet werden: Gleichgewichtssinn, Temperatursinn, Wahrnehmung von Beweglichkeit und Stellung des Körpers sowie Wahrnehmung der inneren Organtätigkeit. Diese verschiedenen Sinnesfähigkeiten differenziert auszubilden und zu pflegen, ist die elementarste Form der Bildung. Die Mannigfaltigkeit der Welt – und damit auch des eigenen Körpers – kann nur dadurch dem Menschen erscheinen. Trefend werden daher die Sinne mitunter auch als “Tore der Seele” zur Welt beschrieben.

Sinnespflege

Die Pflege der Sinne ist einer der wichtigsten theoretischen Grundpfeiler der täglichen Praxis: Deshalb gibt es Spielmaterialien wie Holz, Keramik, Sand. Beim Brot und Brötchen Backen dürfen die Hände mithelfen. Die farbige Gestaltung der Umgebung mit den lasierten Wänden, alle schaffenden Tätigkeiten und der tägliche Kontakt mit der Natur dienen letztlich der Entfaltung aller Sinne. Das Kennenlernen der Welt und des eigenen Körpers wird besonders hervorgehoben.



Zwei Beispiele:

Brote bestreichen in der **1. Klasse**: Es wird das Frühstück vorbereitet. Brotscheiben, Butter, Kräutersalz und Messer liegen bereit. Einige Kinder helfen mit, andere spielen.

Den Mithelfenden bieten das unebene Holzbrett, das eher kalte Messer, die weiche Butter und das körnige Salz eine differenzierte Welterfahrung. Die Bewegung des Streichens mit dem Messer und das Streuen des Kräutersalzes auf das Butterbrot machen die feinmotorischen Bewegungen und damit das eigene Handlungsvermögen erlebbar. Das Naschen nach getaner Arbeit bereitet Genuss und vermittelt Behaglichkeit. Ein Messer auf dem Teller klingt anders als ein Messer auf einem Brett. Viel Butter sieht anders aus als wenig Butter.

Laub rechnen im **Kindergarten**: Die Kinder sind im Garten. Es ist Ende Oktober und es wird Laub zusammengeharkt. Die mithelfenden Kinder erleben ihre eigenen großräumigen Bewegungen in den Armen, den Widerstand des etwas unhandlichen Rechens und die Kühle an den Händen. Das Laub sieht sehr unterschiedlich aus. Einige Kinder bücken sich immer wieder, um einzelne Blätter zu bestaunen. Sie sind nass und kalt. Der anwachsende Laubhaufen hat einen spezifischen Herbstgeruch. Nach zehn Minuten macht ein Kind eine Pause: Die Reibung am Holzstiel des Rechens wurde unangenehm. Ein anderes Kind nimmt unbemerkt ein Blatt in den Mund und leckt es ab. Das Laub am Ende mit der Schubkarre zum Komposthaufen zu fahren ist anstrengend, aber lustig. Das schönste Gefühl von allen: sich einfach unter einem Berg von Blättern vergraben zu lassen. Welcher Sinn wird hier besonders angesprochen?



Vom Tastsinn und Ichsinn

Der Tastsinn stellt ein eigentliches Grenzerleben dar: Durch die Berührung mit der Welt werde ich meiner eigenen Begrenzung, meiner Körperlichkeit bewusst. Ohne den Tastsinn würden wir uns wie ein Tropfen im Meer fühlen. Bis wir als Säugling wussten, wo die Wiege anfang und wir selber aufhörten, mussten wir uns ein paar hundert Male daran stossen – strampeln. Durch vielfältige Tasteindrücke nimmt das kleine Kind also Abstand von dem noch völligen Einssein mit der Welt, um sich nach und nach als eigene Körperlichkeit erleben zu können. Was daraus aber entsteht und uns ein Leben lang begleitet, ist die Sehnsucht nach "Wiederverbindung", die Grundlage aller Religiosität also.

Ein Beispiel aus der **3. Klasse** zeigt, wie der Tastsinn (Urvertrauen) von Kind zu Kind unterschiedlich ausgeprägt ist. Die Kinder holen sich ihr Znüni im Flur, aber diesmal rückwärts. Wie erleben wir den hinteren Raum? Schreiten einige entschlossen und mutig voran (und scheuen keinen Zusammenprall mit anderen Kindern oder Gegenständen), gehen andere achtsam und selbstsicher oder ängstlich zögernd. Diese Übung zeigt, der Tastsinn hilft uns, die Außenwelt tastend zu erleben, und führt uns letztlich doch zum inneren Erleben.



Mit dem Tastsinn dringen wir nicht in die Welt ein, sondern erleben uns ihr gegenüber. Der Ichsinn löst diese Abgrenzung wieder auf. Er nimmt ja immer nur das andere Ich wahr, niemals das eigene. Dadurch, dass wir nicht mehr nach innen gerichtet sind, stossen wir gleichsam durch den anderen hindurch: Mit dem Ichsinn nehmen wir seine Individualität wahr, sein Wesen hinter seiner Leiblichkeit - Gebärde, Stimme, Blick, auch hinter seiner Sprache und seinen Gedanken. Ein breites Übungsfeld für den Ichsinn, der sich im Kinde ja erst entwickeln muss, bilden Märchen, Sagen, Mythen, später Biographien und Menschenbegegnungen. So werden wir aufmerksam dafür, dass wirklich jeder Mensch einen bestimmten Auftrag im Leben hat.

Sinneserfahrungen

In allen Beispielen mit den Kindern kommt keine Erklärung vor, warum jetzt wann was gemacht wird. Die Erfahrungen werden hier nicht als Bildungsanlass genommen, um daran Begriffe zu bilden, sondern die zusammengehörenden kongruenten Erfahrungen sind bereits das angestrebte Bildungsziel. Je breiter die Erfahrungsgrundlage durch wiederholte, unreflektierte Sinneserfahrungen, desto sicherer steht das Fundament, auf dem dann Vorstellungstätigkeit, Gefühlsleben und Willenstätigkeit aufbauen. Die hohe Bedeutung der sogenannten Primärerfahrungen steht im Einklang mit der aktuellen Hirnforschung.

Unmittelbare und unvermittelte sinnliche Erfahrungen, die nicht sofort durch Einmischung von Erwachsenen und deren Bildungsabsichten gehemmt werden, bieten einen Erfahrungsreichtum, Lebensfreude und bilden ein positives Verhältnis zur Sinnlichkeit und zum Leib.

Die Schlüsselbegriffe aus der psychologischen und pädagogischen Forschung für Lernbereitschaft und für einen gesunden und freudigen Weltzugang lauten: Selbstwirksamkeit, intrinsische Motivation, Kompetenz, Autonomie, Zugehörigkeit, Partizipation und Kohärenz. Sie alle werden gestärkt durch sinnliche Primärerfahrungen, die nicht reizüberflutend sind. Die überflüssige hinzutretende Erklärung, was die gegenwärtige sinnliche Erfahrung

bedeutet, macht unsicher, fühlt sich nach Inkompetenz an und schwächt den Erkundungswillen.

Die zwölf Sinne nach Rudolf Steiner

Rudolf Steiner hat der Betrachtung der menschlichen Sinne eine überragende Bedeutung beigemessen. Um den Menschen ganzheitlich verstehen zu können, sei eine Beschäftigung mit den Sinnen "unser erstes Kapitel", wie Steiner es einmal formulierte. Dabei unterstreicht er an mehreren Stellen den Zusammenhang zwischen dem Ich als dem menschlichen Wesenskern und den Sinnesbezirken des menschlichen Körpers. Über die Sinnlichkeit verkörpert sich letztlich das Selbst, was bedeutet, dass die Person, die im Leib als ihrer Hülle lebt, von den Wahrnehmungsmöglichkeiten der Sinne abhängig ist.

Das Konzept

Die Besonderheit bei der Steinerschulpädagogik ist nun, dass sie einen streng phänomenologischen Zugang zu den verschiedenen sinnlichen Erfahrungsfeldern der menschlichen Seele verfolgt, der vom Standpunkt des eigenen Erlebens zu einem Sinneskonzept gelangt, das zwölf Sinne unterscheidet.

Die zwölf phänomenologisch begründeten Wahrnehmungsfelder sind demnach: Tastsinn, Lebenssinn, Bewegungssinn, Gleichgewichtssinn, Wärmesinn, Geruchs-

sinn, Geschmackssinn, Sehsinn, Hörsinn, Sprachsinn, Gedankensinn, Ich-Sinn.

Untere Sinne

In der frühen Kindheit sind Tastsinn, Lebenssinn, Bewegungssinn und Gleichgewichtssinn von besonderer Bedeutung. Diese vier Erfahrungsfelder, die in unterschiedlichen Darstellungen als Willensinne oder als untere Sinne bezeichnet werden, ermöglichen Erlebnisse, die den eigenen Körper betreffen. Mit Geruch, Geschmack, Klang nehmen wir immer etwas von der Beschaffenheit der äußeren Welt wahr. Beim Tasten, bei der Wahrnehmung der inneren Befindlichkeit, bei der Bewegungswahrnehmung und bei der Gleichgewichtswahrnehmung nehmen wir hingegen unseren eigenen Leib wahr.

Beispiele zur Pflege der unteren Sinne

- **Tastsinn:** unterschiedliche, vor allem natürliche Materialien mit entgegengerichteter Haptik, wie Wolle, Holz und Tannenzapfen, wenig glatt abweisender Kunststoff, dafür Holzmöbiliar, Tongeschirr, Spielmöglichkeiten mit weichen und harten Gegenständen, Kontakt zur Natur.

- **Lebenssinn:** Erlebnisse von Behaglichkeit durch Zuwendung, Körperkontakt, ästhetische Raumanordnung, das Erlebnis von Sättigung nach Hunger, gesunde Nahrung, Sicherheit gebende rhythmische Abläufe, Vermeidung von Überforderungen.

- **Bewegungssinn:** Möglichkeiten für differenzierte grob- und feinmotorische Bewegungen, Hinfallen, selber Aufstehen, Klettern, Gartenarbeit, Abwaschen, Sägen, Weben, Fingerspiele, Kreistänze, Eurythmie.

- **Gleichgewichtssinn:** Balancieren, Wippen, Schaukeln, auf einem Bein hüpfen, Seilspringen, Stelzenlaufen.



Gesunde Entwicklung

Dabei folgt die Pflege dieser unteren Sinne für eine kräftige Verkörperung im Leib noch zusätzlich dem Gedanken, dass aus gut ausgebildeten Sinnen eine seelische Sicherheit hervorgeht, die in einem gesunden Körpergefühl ihr Fundament hat:

Weiss ich körperlich um meine Grenze und die Beschaffenheit der Welt, so ist dies die leibliche Voraussetzung für eine gesunde seelische Ausgewogenheit sowie Autonomie- und Empathiefähigkeit. Weiss ich um meine innere Befindlichkeit – ob ich müde, kraftvoll, krank, satt oder durstig bin –, so ist die Basis geschaffen für die innere Formulierung seelischer oder geistiger Bedürfnisse; man lernt zu spüren, wie es einem selbst und anderen geht und was gebraucht wird. Weiss ich um die eigene Beweglichkeit und die Stellung meiner Glieder, so ist dies die leibliche Grundlage für Sicherheit, seelische Beweglichkeit und situationsangemessene Flexibilität. Und weiss ich um meine Lage im Raum als aufrechter Mensch zwischen oben-unten, rechts-links und vorne-hinten, so ist dies die Grundlage für das seelische Erlebnis, als freier Geist in der Welt zu stehen.

Insofern ist die Förderung der Entfaltung der Sinne, insbesondere der unteren Sinne, die erste Voraussetzung für ein gelingendes Ankommen auf der Erde und für eine ganzheitliche Bildung. Jeder untere Sinn steht jedoch auch in Verbindung mit einem oberen Sinn; erinnern wir uns an das vorangehende Beispiel von Tastsinn und Ichsinn. Mit zunehmender Entwicklung der Kinder, wird in der Schulzeit auch den mittleren und oberen Sinnen viel Beachtung geschenkt. Das Konzept der zwölf Sinne nach Rudolf Steiner bietet Eltern und Lehrpersonen einen Schatz an Wissen, den es zu entde-

cken lohnt. Die unten aufgeführte Literaturliste kann Anreiz dazu geben.

Ein grosser Beitrag stammt von Magdalena Reinhard

Für die Unter- und Mittelstufe,
Jasmine Stampfli

Literatur:

R. Steiner: **Die zwölf Sinne des Menschen**, Rudolf Steiner Verlag Dornach

W. Aeppli: **Sinnesorganismus, Sinnesverlust, Sinnespflege**, Verlag freies Geistesleben

A. Soesmann: **Die zwölf Sinne**, Verlag freies Geistesleben

H. E. Lauer: **Die zwölf Sinne des Menschen**, Novalis Verlag

I am wind on sea

I am wind on sea
I am the mighty wave
I am sound of ocean
I am stag of seven fights
I am hawk an cliff
I am the suns beam
I am the most beautiful flower
I am boar ready, for combat
I am salmon in pool
I am lake in plain
I am word of poetry
I am point of spear, pouring forth combat
I am the giver of inspiration
Who can make smooth the rock mountains?
I am wind on sea
Who can tell the seasons of the moon?
I am wind on sea
Who can tell where the sun sets?
I am wind on sea

(írisch-gälisches Volksgut)

Wirken aufeinander - Kunstgeschichte

Zur Kunstgeschichtsepoche in der 9. Klasse

I am wind on sea

I am the mighty wave

I am sound of ocean...

... mein Anfang in der Kunstgeschichte dieses Jahr.

Im Voraus weiss ich nie so genau, wie ich **wirke**... fühle mich wie der Wind auf dem Meer... im endlos Weiten.

Auch wie eine mächtige Welle... als Lehrer vor der Klasse... um dann dem „Sound of Ocean“ zu lauschen... Sound der Klasse.

„Wirken aufeinander“ also...

Aber wo ist „der Anfang“? Bei den „ersten“ menschlichen Fussabdrücken in Lavaasche?

Ich wählte die **Höhlenmalereien**.

Ein geistiges Band unglaublicher Intensität alle Kontinente umfassend. „Kathedralen der Wüste“ nennt sie Emmanuel Anati. Ich versuchte die Schüler einzustimmen und alle haben es auch „gerochen“: Wir gingen in unsere „Kellergewölbe“, mit farbigen Erden und Bienenwaxsbinder. Kraftvolle, grosszügige Bilder entstanden.

Allein oder im Team... mit flächigen Pinseln auf grossen Wandpapieren“.



Was war wohl die Motivation der Menschen damals, diese grossartigen Gemälde in dunklen Höhlen, fernab ihrer Siedlungen zu schaffen? Wie erlebten sie „ihre“ Welt?

Dann: die Megalithkultur. Mega-Steine, aufgerichtet als Menhir (wie? der Grösste in der Nähe von Carnac ist über 20 m hoch, 350 t schwer), in Reihen, Steinkreisen, als Dolmen („druids altar“) oder riesiges Ganggrab... durch dessen Eingang die aufgehende Sonne zur Wintersonnenwende eine warme Lichtlanze sendet. Oder: das Festhalten der grossen Mondwende (alle 18,6 Jahre, entsprechend unserer heutigen Biographie-Mondknoten).

Geheimnis über Geheimnis. Staunen über „damals“... und wir hier/jetzt? Die Schüler malten (dieses Mal mit Pastellkreiden) grossformatige „**Wind on Sea**“-Bilder.

Zum grossen Format liessen sich die Schüler zu meiner Freude überreden... wie sonst sollte man denn selber „Welle werden“? Dann die Geschichte einer Einweihung in der riesigen Basalthöhle von Staffa, einer Hebrideninsel im Nordwesten Schottlands. Eine dramatische Geschichte, die eine neue geistige Entwicklung der Menschheit Mitteleuropas ahnen lässt: Im Iro-Schottischen wird das kommende Sonnenwesen im Geistigen geschaut.

Zum Abschluss: „Das Heiligtum“ von C.F. Meyer. Eine römische Legion marschiert durch den für die Gallier Heiligen Eichenwald: „Caesar braucht Widder für die Belagerung!“. Die Baumriesen fallen unter Hohngelächter. Römisches Bewusstsein/ die Verstandesseele bricht sich ihre Bahn. Und was wären wir ohne sie?

Dann: Betrachten der Ägyptischen Landkarte. Der Nil im Zentrum, Lebensraum inmitten lebensfeindlicher Wüsten. Ein streng geordnetes Leben - von Pharaonen geführt. Mit grossem Bewusstsein für das Diesseits und das Jenseits. „Ich habe das Gestern gesehen, ich kenne das Morgen“ (Spruch auf dem Kanopenschrein Tut-anch-Amuns). Der ewige Kreislauf der Sonne, vom Tag zur Nacht, vom Leben zum Tod.

Wir besuchten Ägypten in Basel und standen diesen einzigartigen Schätzen zeichnend gegenüber: Mumien, Göttern, Grabbeigaben, Papyrusmalereien. Allein die Enträtselung der Hieroglyphen erscheint als

Wunder. „Daheim“ malten die Schüler auf echtem Papyrus eine Szene aus dem Ägyptischen Totenbuch. Mit Hingabe, mit Gold.

Zum Schluss: Griechenland. Wie anders! Halbinseln, Inseln,... kein Ort mehr als eine (damalige) Tagesreise vom Meer entfernt. Die Menschen „besegelten“ ihr Land. Wasserstrassen. Handel, Austausch, Weltinteresse, Ausbreitung der Griechischen Kultur bis Indien (dank Alexander d. Grossen). Die Götterwelt wird immer noch erlebt, jedem Gott seinen Wohnplatz (als Tempel) in seiner „Lieblingslandschaft“ erbaut. Und welche Tempel (in Basel sahen wir das 1:20 Modell der Akropolis)! Dann die Götter-Menschen (auch in der Basler Skulpturenhalle: Kouroi, Koren, Apollo, Venus,...). Eine Wohltat, diese harmonischen Körper... und gar nicht „nackt“. Uns wurde spontan eine Führung geschenkt!





Die „letzten“ Tage wurden eingeläutet (bzw. eingesungen: „Agios O Theos“, ausgesprochen: „Prometheus“ v. Goethe). Und wir plastizierten. Kykladenfiguren aus einer Bienenwachs-Masse und Ägyptische Tiere, Pyramiden aus Ton. Für mich: die Krönung!



Nie hätte ich gedacht, dass „meine“ Schüler so motiviert den Riesenkübel Ton vom Keller bis in den 2. Stock hochschleppen können (Missverständnis) und dann noch mit Wonne plastizieren. Wie ein gemeinsamer Wille doch die Welt „bewegen“ kann! Innen und aussen!

Monika Wächter





Sprachlicher Rhythmus und Bewegung als Hülle

Pädagogische Anmerkungen zur Problematik der Achtklassenspiele.

Ein größeres Theaterspiel im achten Schuljahr gehört zum festen Bestand der Waldorf- und Rudolf-Steiner-Schulen. In aller Regel fiebern die Schülerinnen und Schüler lange im Voraus diesem Projekt entgegen. Zuvor haben sie schon Jahr für Jahr die Spiele der höheren Klassen gesehen. «Was werden wir in der achten Klasse für ein Stück spielen?»

Umso erstaunlicher ist es, dass die sogenannten «Klassenspiele» ursprünglich gar nicht zur Erziehungskunst Rudolf Steiners gehörten. Im Gegenteil. Rudolf Steiner wollte sie nicht. Theaterspiele in Schulen gab es zwar seit dem Barock, insbesondere in den Schulen, die von Jesuiten betrieben wurden, aber Rudolf Steiner hielt es für pädagogisch nicht wünschenswert, dass das Dramatische vor dem 16. Lebensjahr an die Kinder bzw. Jugendlichen herangebracht wird. Warum? Ähnlich wie die Erziehungskunst Rudolf Steiners einen möglichst kraftvollen Intellekt entfalten will, aber gerade dazu den Intellekt sich möglichst lange von selbst in einer *Plazenta der Gefühle* entwickeln lässt, so soll auch die Seele der jungen Menschen nicht zu früh *dramatisiert* werden. Sie soll lange genug in ihrer Hülle bleiben. Das hängt mit dem allgemeinen Hüllengesetz zusammen: Grundsätzlich gilt in der Evolution von den Fischen über die Reptilien und Vögel bis hin zu den Beuteltieren, den Plazenta-Tieren und dem

aufrechten Menschen, dass ein Wesen umso höher entwickelt ist, je länger seine Hüllenzzeit dauert. In Kurzform besagt das Hüllengesetz: Je länger die *natürliche* Hüllenzzeit, desto höher entwickelt das Wesen. Das gelte auch – so Rudolf Steiner – für den *Verstand* und ebenso für einige anderen Seelenfähigkeiten. *Deshalb* soll das Dramatische nicht zu früh aus den Kinderseelen herausprovoziert werden.

Nun, trotz der Empfehlungen Rudolf Steiners sind die sogenannten «Achtklassen-Spiele» nach seinem Tod von irgend jemandem eingeführt worden – warum auch immer – und sie sind aus den Waldorfschulen längst nicht mehr wegzudenken, sondern eine stabile Tradition. In der Tat bieten sie auch ein wunderbares Feld für die verschiedensten soziale Prozesse. Wenn man erlebt hat, wie eine Klassengemeinschaft sich durch ein Klassenspiel festigen kann, dann will niemand die Achtklassen-Spiele missen. Wenn man erlebt hat, wie die Schüler bei einem solchen Projekt gelernt haben, dass man nicht für Geld arbeitet, sondern für die Sache, nämlich für das Gelingen eines Gesamtkunstwerks, dann erkennt man darin einen Wert, der gar nicht hoch genug angesetzt werden kann. Trotzdem bleibt die Frage, ob man denn die vorsichtige Zurückhaltung, die Rudolf Steiner im Hinblick auf das Dramatische in der Pädagogik walten lassen wollte, in den Wind schlagen und ignorieren will oder ob und wie man seinen Rat ernst nehmen kann, ohne in Bausch und Bogen auf ein Klassenspiel zu verzich-

ten. Die vorläufige Antwort, die ich im Laufe der Jahre für mich gefunden habe, besteht in einer ganz bestimmten, fünfstufigen Methode, die ich im Folgenden in den Grundzügen kurz skizziere.

Die *erste Stufe* besteht darin, dass die Schülerinnen und Schüler den Text ihrer Rolle *in Silben laufen* ähnlich wie beim Eiskunstlaufen ein Eiskunstläufer ganz exakt zur Musik läuft. Auf jede Silbe kommt ein Schritt. Das ist anfangs gar nicht so einfach und bis man *flüssig* einen Text ganz präzise laufen kann, dauert es eine Weile.

Auf diese Weise wird die Sprache an die Bewegungen der Beine gekoppelt. Man kann nur noch so schnell sprechen, wie man die Silben auch laufen kann. (In der Alltagssprache sprechen wir in der Regel viel zu schnell. Jeder Leser kann es ausprobieren, indem er versucht, einen schnell gesprochenen Satz im gleichen Tempo in Silben zu laufen.) Am Ende der ersten Phase können normal begabte Kinder ihren Text dann wie ein Ballett-Tänzer präzise tanzen. Es gibt aber natürlich auch immer Kinder, die es schwer haben, Sprache und Bewegung zu koordinieren. Ihnen kommt man entgegen, indem sie die Silben des Textes erst nur auf der Stelle treten. Das macht es etwas einfacher.

Auf diese Weise lernen die Kinder den Text auch auswendig. Sie lesen sich eine oder zwei oder drei Zeilen vor und dann laufen sie diese Zeilen auswendig. Ein Auswen-

diglernen im Sitzen ist hingegen verboten. Es gibt im Übrigen kaum eine bessere Methode, einen Text schnell auswendig zu lernen als ihn in Silben zu laufen, statt ihn sich sitzend in den Kopf hinein zu pressen. Es scheint nämlich ein Gedächtnis in den Beinen zu geben, auf das man sich am Ende blind verlassen kann. Gerade bei dem Einüben von Schillers «Maria Stuart» war das gut zu beobachten. Die Rollen der Elisabeth und der Maria sind außerordentlich lang. Es gibt seitenlange Monologe. Aber wenn man den Text durch das Laufen gelernt hat, dann kann man sich am Ende wirklich auf das Gedächtnis in den Beinen verlassen.

Die *zweite Stufe* besteht darin, dass man beim Laufen des Textes bei Sinn-Abschnitten Sprünge einbaut und auch *die Grammatik der Sätze in Formen* läuft, so wie auch ein Ballett-Tänzer eine Choreographie macht. (Diese Stufe haben wir etwas vernachlässigt.)

Die *dritte Stufe* besteht darin, dass man jede Zeile so spricht, dass man dabei mit einem Türrahmen ringt. Man spricht also gegen einen starken Widerstand. Dadurch werden ungeahnte Energien aus dem Körper freigesetzt und in die Sprache kanalisiert.

Die vierte Stufe: Bei jeder Zeile wird bei der ersten oder zweiten Silbe ein Ball gegen eine Wand geworfen. Die restlichen Worte der Zeile fliegen dann dem Ball wie ein Schweif hinterher. Auf diese Weise wird

erreicht, dass die Worte später bei den Aufführungen im Saal weit hinaus fliegen bis in die letzten Reihen, selbst bei einem Saal mit mehr als 1000 Plätzen. Eigentlich bräuchte man für diese Stufe einen *Diskus*. Aber ein Ball genügt, wenn es zu aufwändig ist, auf einem Platz zu gehen, auf dem man Diskuswerfen kann.

Die fünfte Stufe besteht dann darin, dass man einen Ball oder einen Dart-Pfeil oder noch besser einen Speer in der Hand hält. Man zielt mit nach hinten gestrecktem Arm auf eine Scheibe, baut eine Spannung auf, spricht sehr leise, aber intensiv und mit großer Spannung eine Zeile und erst auf dem *letzten Wort* schleudert man den Pfeil weg. Hier geht es um das *treffende Wort* oder sogar um das *tötende Wort*, denn Worte können durchaus tödlich sein. Sie können sehr leise gesprochen werden, aber dabei eine große Spannung und Bedrohlichkeit aufbauen, die sich dann entlädt.

Selbst geflüstert kann ein derart gesprochener Satz noch in der letzten Reihe eines großen Saales gut gehört werden.

Blickt man auf alle fünf Stufen, so sieht man, dass der alte griechische Fünfkampf bei der geschilderten Methode für die Koppelung von Sprache und körperlicher Bewegung genutzt wird. (Laufen, Springen, Ringen, Diskuswerfen, Speerwerfen.)

Die benannte Phase der fünf Stufen des Übens dauert insgesamt gut und gerne

drei Monate. Wir haben uns im Fall von «Maria Stuart» sogar fünf Monate Zeit gelassen bzw. Zeit lassen müssen. Und jetzt der entscheidende Punkt: **Bei dieser Art des Übens wird der Intellekt sehr wenig angesprochen.** Man lebt ganz *im Rhythmus der Sprache*. Man arbeitet mit den *Lebensprozessen* der Sprache und so gut wie *gar nicht mit seelischen Emotionen*. Es geht um die heilende Kraft des Rhythmus und der Laute. Deshalb eignen sich für die skizzierte Methode auch besser solche Dramen, die in Versen – meist in Jamben – geschrieben sind, wie das eben bei Shakespeare, Schiller, Goethe, Kleist oder Grillparzer und anderen Klassikern der Fall gewesen ist. Bei Prosa funktioniert es auch (ich habe es einmal bei Wadji Mouawads «Verbrennungen» praktiziert), aber es funktioniert nicht so gut, denn der *Rhythmus hat Heilkraft*. Eine gehobene rhythmische Sprache ist zwar anspruchsvoller, hat aber Heilkraft. Wird sie so gesprochen, dass sie nicht zu einem intellektuellen Geflimmer im Kopf wird, sondern an die Kraft des Körpers gekoppelt bleibt, wirkt sich das gesundend und belebend aus. Wer sich intensiv und *nicht halbherzig* auf diese Methode einlässt, fühlt sich deshalb anschließend nicht etwa ermüdet, sondern erfrischt. Oft habe ich als Lehrer die Übungen des Silbenlaufens oder Ringens beim Üben mit den Schülerinnen und Schülern mitgemacht (es handelte sich immer um Einzelproben) und kann das bestätigen: Nach den Proben fühlte ich mich frischer als am Anfang.

Parallel sollten die Schüler üben, jede Zeile auch mit ihren eigenen Worten zu sprechen. (Das haben sie in unserem Fall nicht so gerne gemacht.)

Am Ende dieser Phase ist es in der Regel so, dass jeder einzelne Schüler den Text seiner Rolle sicher beherrscht. Erst *danach* fangen wir an, die Szenen zu proben. In der Regel mache ich es so, dass ich die Schüler die Szenen *selbst entwickeln* lasse. Sie können ja ihren Text und dürfen nun selbst ihrer Kreativität freien Lauf lassen, wie sie die Szenen gestalten wollen. Zum Beispiel haben Lena und Amélie die große Streit-Szene im dritten Akt selbst geübt und gestaltet. Darin waren sie frei und am Ende haben sie auch immer andere Nuancen aus dem Moment heraus gestaltet. Freilich, wenn sich jemand auf die geschilderte Methode nicht einlassen will oder nur halbherzig (und so etwas kam vor), dann hat er am Ende erhebliche Problem mit dem Text. Es wird mühsam, an den *Szenen* zu arbeiten, wenn einer seinen Text nicht kann, so wie es harzig wird, wenn man Streichquartett spielen will und zum Beispiel der Bratschist oder die zweite Geigerin nicht geübt hat. Die Zeit läuft einem weg und am Ende muss dann der Regisseur die Choreographie einer Szene schnell einrichten, während es viel besser ist, wenn die Schülerinnen und Schüler die Choreo selbst entwickeln.

Bei denjenigen Schülerinnen und Schülern, die sich wirklich fleißig auf die geschilderte Methode einlassen, kann man am Ende

ein erstaunliches Phänomen beobachten: Der Körper und die Seele dieser Schüler sind dann zu einem Gefäß geworden, in das sich der *Geist der Rolle*, individualisiert durch den Schüler, einsenkt. Auch das konnte man bei den Aufführungen gut beobachten: Es war wirklich der Geist der Rolle der Elisabeth, der durch Amélie auf die Bühne gebracht wurde. Es war wirklich der Geist der Rolle der Maria, der durch Lena auf die Bühne gebracht wurde. Und ähnlich war es bei einigen anderen Rollen. Deshalb konnten viele Schüler auf der Bühne auch in einer Art und Weise spielen, die man nicht für möglich hält bei einem Achtklässler. Aber das liegt nicht daran, dass es übermäßige Theaterbegabungen wären oder dass der Lehrer ihnen viel gezeigt hätte, das sie nachgeahmt hätten, sondern es liegt daran, dass durch monatelangen Fleiß in der skizzierten Methode die Sprache und der Körper bereit sind, den Geist der Rolle aufzunehmen.

Die Schüler sagen dann auch keinen Text mehr auf, den sie auswendig gelernt hätten, sondern sie geben ganz der Rolle selbst Raum und fühlen sich darin frei. Wenn am Ende ihr Spiel seelisch ungewöhnlich intensiv und dramatisch wird, dann geschieht das auf einer lange aufgebauten, lebendigen Grundlage, die das Emotionale und Intellektuelle völlig außer acht gelassen hat. Hochgradig intensive Emotionalität entsteht also gerade dadurch auf *gesunde Weise*, dass man sie so lange *nicht* adressiert hat. Sondern: Man hat mit der Seele in

einer lebendigen Hülle ohne Emotionalität gelebt. Die intensive Emotion kommt von selbst *aus der Rolle* heraus. Diese intensive Emotionalität wirkt dann deshalb nicht abbauend und zerstörerisch, weil sie eine *Lebensgrundlage* hat, die durch die Verbindung von Sprache und Bewegung aufgebaut wurde. (Ähnlich ist es auch, wenn es durch die Erziehungskunst Rudolf Steiners gelingt, den Verstand lange unberührt in der Hülle der Gefühle zu lassen. Wenn er mit 14, 15 oder gar erst mit 17 geboren wird, dann kommt er nicht ausgetrocknet zur Welt, sondern lebens- und kraftvoll.)

Vielleicht – so meine Erfahrung – wird man auf die geschilderte Weise beidem gerecht: Der Tradition der Klassenspiele an Rudolf-Steiner-Schulen und den Bedenken, die Rudolf Steiner gegen eine zu frühe Dramatisierung der Seelen der Jugendlichen den Pädagogen ans Herz gelegt hat. Die Schüler haben mit viel Stolz die Kostüme getragen und sind so noch mehr in ihre Rollen geschlüpft.

Valentin Wember



Elne paar fotografische Eindrücke des Theaterstücks finden Sie auf Seite 20-21.

Zur Kostümherstellung im Handarbeitsunterricht in der 8. Klasse

Hier ein paar Worte zum Handarbeits-Unterricht in der 8. Klasse im Zusammenhang mit dem Theaterspiel

Im Handarbeits-Unterricht der 8. Klasse starteten wir im August mit dem Entwerfen und Nähen der Kostüme.

In einem Buch mit historischen Kostümen fanden wir entsprechende Vorlagen, die wir abwandeln konnten.

Jeder Schüler kleidete dazu eine Figurine (Kartonpuppe) mit Stoffresten ein. Als erstes fertigten wir aus alten Leintüchern die Faltenkragen. Nähen, tränken in Zuckerwasser, das anschliessende Falten war eine klebrige und knifflige Aufgabe.

Für alle Kostüme, ausser für Maria Stuart, fanden wir Stoffe im Fundus der Schule, und ein paar Stoffe brachte ich wiederum aus meinen Fundus mit. Die kurzen Hosen für die männlichen Rollen wurden auch alle selber genäht. Es gab immer wieder lustige Gespräche, ob die dann wohl passen würden und wie sie dann angezogen aussehen würden.

Aus einem Schnittmuster entstanden die drei Kleider. Das Zuschneiden und auch das Nähen der Kleider war eine grosse Arbeit.

Immer wieder wurden die Kleider anprobiert, angepasst und letztendlich mit Bändern und Spitzen verziert.

Zum Schluss dekorierten wir die Hüte und suchten die passenden Schuhe dazu aus.

Es war für die Schüler und mich eine tolle Arbeit und Erfahrung, für ein so historisches Theaterstück die passenden Kostüme selber zu nähen.

Ein paar Worte an die Schüler:

Durch viel Hingabe ist ein wunderschönes Theater geworden. Bravo für Eure tolle Arbeit. Ich bin stolz auf Euch.

Susanne Haldimann, Handarbeitslehrerin







Tredeschin, der Dreizehnte besucht unsere Schule

«Es waren einmal ein Mann und eine Frau, die hatten dreizehn Kinder. Als das dreizehnte geboren wurde, da sagte der Vater zur Mutter: «Höre Frau, ich weiss wahrhaftig nicht, wie der Bub heissen soll. Die Namen aller Verwandten haben wir bei den zwölf anderen aufgebraucht. Wie könnten wir ihn nennen?» - «Weisst du was», sagte die Mutter, «er ist der dreizehnte und so nennen wir ihn eben Tredeschin.»

Das Märchen «Tredeschin» wird vom Autor vieler Schweizer Märchen und Alpensagen erzählt: Es ist C. Englert-Faye, ein Schulgründer der Zürcher Rudolf Steiner Schule. Wir erfahren die Geschichte von einem dreizehnten Kinde, welches sein Leben früh in die Hand nimmt und nach Frankreich zum König wandert. Dort wird Tredeschin zunächst Stallknecht, singt aber so schön durch die Königshallen, dass der König ihn bald zu sich bittet. Einem missgünstigen Schreiber verdankt der begabte Kerl neue Aufgaben: Er stiehlt dem König drei aussergewöhnliche Dinge aus dem Schlosse eines Zauberers im tiefen Wald und entkommt den Gefahren ideenreich und voller Humor. Diese mutigen Taten belohnt der König, verheiratet Tredeschin mit seiner Tochter und übergibt ihm sein ganzes Reich.

Wer als dreizehntes Kind in eine Familie kommt, hat ein besonderes Schicksal. Auch Franz Schubert war ein solcher in seiner grossen Familie! Diese Zahl ist immer wieder im Gespräch. Für uns ist es eine Glückszahl, die tiefere geistige Gesetze in

sich birgt. Im dreizehnten Lebensjahr, das Jahr unserer Siebtklässler, wird Vieles bewegt. Man lernt die Welt kennen, so auch Tredeschin.

Wir sind daran, dieses Märchen musikalisch mit allen Klassen, die verfügbar sind, einzustudieren und aufzuführen. Nach Pfingsten wird es so weit sein. Die Geschichte wird in der originalen Form vorgelesen, dazu habe ich Lieder verfasst, welche die direkten Reden des Märchens melodisch beleben. Die jüngeren Klassen werden in ihrer Weise etwas beitragen, die etwas älteren Klassen singen die ganze Geschichte und der Elternchor wird in Madrigalen und Volksliedern einen Rahmen dazu bilden. Nach Möglichkeit werden wir auch das Instrumentalleben der Schule und Eurythmie einbeziehen. Das Klavier schafft die harmonische Basis.

Dieses Musikprojekt schliesst in etwas einfacherer Form an die früheren gesamtschulischen Unternehmungen an. Wieder geht es ums vielgestaltige Singen. Alle auftretenden Personen haben eine eigene Stimmfarbe und die Melodien folgen oft in schnellen Wechseln von hoch und tief, gewaltig und fein, frech und lustig. Der hochschrille Papagei (Wächter des Zauberschlosses) wird vom tief singenden Zauberer abgelöst und Tredeschin findet danach in seiner Stimme den idealen Klang.

Peter Appenzeller

Tredeschin

Fr 02.06.23 | 17:00 | im Saal der Schule

Singspiel Tredeschin

Musik von Peter Appenzeller

Mit den Klassen 1 - 6 und dem Elternchor

Kollekte zu Gunsten der Schule

Astrasse 15 T 033 438 07 17 info@steinerschulebo.ch
3612 Steffisburg F 033 438 07 18 www.steinerschulebo.ch



RUDOLF STEINER SCHULE
BERNER OBERLAND

Nuria Bütikofer

Es ist Freitagmorgen 5.30 Uhr und der Wecker klingelt. Yanick, der Vater unserer zwei Kinder, steht auf und geht in den Stall zum Melken. Endlich gibt es mehr Platz im Bett, da unsere Kinder nachts noch oft zu uns schleichen, ist es am Morgen eher eng. Ich drehe mich nochmals um, bis um 6.00 Uhr mein Wecker klingelt. Ich stehe dann langsam auf, ziehe mich an und bereite das Frühstück für mich und die Kinder vor. Yuma, unser jüngster Sohn, geht in den ersten Kindergarten und braucht manchmal lange bis er wach wird. Jorim, der ältere Bruder (3.Klasse), zieht sich selbständig an und kommt zu Tisch. Nach dem Frühstück bereite ich für alle ein Znüni vor und, da heute Waldtag ist bei mir und Yuma, gibt es eine Wurst mit Brot und Tee. Um 6.50 Uhr müssen wir die Zähne putzen und uns bereit machen für die Abfahrt. Es ist Winter und wir gehen in den Wald, das heisst: Zwiebelssystem! Bei Yuma nicht beliebt, es dauert einen Moment und viel Überzeugungskunst, bis er einsieht, dass es eine Schneehose braucht. Der Ältere ist schon beim Auto und kratzt die Scheiben. Ich schicke Yuma raus, jetzt komme ich noch mit den Schichten. Dann alle Lichter löschen, kurz innehalten - habe ich alles? - und los geht's.

Oben im Dorf angekommen, warten wir auf Sabina, meine Stellenpartnerin und ihre jüngste Tochter, sie fahren freitags immer mit uns.

Der Waldmorgen verläuft immer sehr dynamisch und wir sind dann am Mittag alle mit roten Wangen und zerzausten Haaren froh, dass es etwas Warmes zu essen gibt. Zuhause angekommen, meistens zwischen 12.45 Uhr und 13.00 Uhr, wärme ich schnell die Reste vom Vortag auf und dann wird ziemlich hungrig gegessen.

Nach dem Mittagessen räumt jeder seinen Teller ab, ich mache den Rest und es gibt 30 Minuten bis 1 Stunde Pause, wo jeder für sich etwas macht. Yuma schaut sich gerne Bilderbücher an, Jorim bastelt gerne an kaputten Elektrogeräten rum und erfindet so neue Geräte. Ich lege mich hin. Nach der Pause, etwa um 14.30 Uhr, gehen wir meistens raus, die Kinder auf ihr Baumhaus und ich in den Garten um verschiedenes auszusäen. Unser Wohnzimmer ist umgestaltet in ein temporäres Jungpflanzen-Anzuchtzimmer, weil unser Treibhaus noch nicht steht. Da wir seit August 2022 auf einem Bauernhof wohnen, den wir Ende 2023 übernehmen werden, wollen wir dieses Jahr schon mit dem Gemüse starten. Unser Ziel ist es, so weit wie möglich selbstversorgend zu sein und schon im kleinen Umkreis Familien mit Gemüse, Milch und bald schon Eiern zu versorgen. Nachdem ich alles ausgesät habe, begiesse ich die Saatschalen mit Wasser und nehme sie hinein in unsere Stube wo alles in Ruhe und Wärme keimen kann.



Dann ist schon Zvieri-Zeit, die Kinder wollen Popcorn auf dem Feuer machen und ich hole noch Äpfel aus dem Keller. Zusammen geniessen wir die Nachmittagssonne auf der Wiese und erzählen uns, was uns im Alltag gerade so beschäftigt. Die Kinder wollen dann zu ihrer Freundin oben im Dorf spielen gehen. Wir machen eine Zeit ab, wann sie zurück sein müssen, und schon sind sie weg. Da bleibt mir gerade eine gute Lücke, um das Märchen zu lernen, das ich in der nächsten Woche im Kindergarten erzählen will. Zuerst schreibe ich es vom Hochdeutschen ins Berndeutsche um. Dann laufe ich ein wenig durch den Garten und pflanze die mehrjährigen Stauden um, während ich mir das Märchen einpräge. Danach gehe ich in die Küche, die Milch muss pasteurisiert werden, damit ich am nächsten Tag frischen Rahm abschöpfen und Butter daraus machen kann.

Ein Blick auf die Uhr und ich sehe, es ist Zeit um ans Nachtessen zu denken. Um 18.00 Uhr kommen die Kinder und Yanick nach Hause. Alle haben Hunger und zusammen sitzen wir am Tisch und geniessen das Essen. Manchmal gibt es kleine Wutausbrüche von Yuma, weil er sich das Nachtessen anders vorgestellt hat, dies legt sich aber meistens, wenn er merkt, dass es nichts anderes gibt und wir alle am Essen sind.

Dann räumen die Kinder ihr Geschirr ab und ich und Yanick haben noch etwas Zeit, um in Ruhe zu reden. Am Wochenende dürfen die Kinder etwas länger wach bleiben und so spielen sie ihr Lieblingsspiel vom Abend: „Löiele“ (Löwenspiel).

Da tollen sie übereinander auf einer Matratze bis nach etwa 30 Minuten beide mit roten Wangen und verschwitzten Gesichtern wieder zur Ruhe kommen und im besten Fall in ein ruhigeres Spiel übergehen. Um 20.00 Uhr heisst es Zähne putzen und Pyjama anziehen, was auf grossen Widerstand stösst. Der Vorschlag einer besonderen Geschichte besänftigt beide und nach dem Erzählen und dem Abendritual schlafen beide zufrieden ein.

Wir Erwachsenen geniessen jetzt die Ruhe. Zusammen hängen wir die Wäsche ab, Yanick geht nochmals in den Stall und ich durch den Garten. Ich mache noch ein Feuer im Ofen, der das ganze Haus heizt, damit wir bis zum Morgen warm haben, und lasse dann den Tag gemütlich ausklingen.

Nuria Bütikofer

Joshua Rubin

Wie viele Jahre bist Du in die Rudolf Steiner Schule Berner Oberland gegangen?

Ich bin von der Kinderstube bis zur 10. Klasse in der Rudolf Steiner Schule in Steffisburg unterrichtet worden.

Hast Du noch Geschwister?

Ja, ich habe zwei ältere Brüder und eine jüngere Schwester, sie waren auch alle in der Steinerschule. Ich erinnere mich daran, dass wir uns am Vorabend bei der Grossmutter abwechselten mit Pausenbrot schmieren. Sie wohnte im gleichen Haus wie wir und holte uns, bis wir von Uebeschi nach Steffisburg umzogen, am Mittag meistens von der Schule ab.

Was ist Dir aus der Schulzeit geblieben? (Erinnerung im positiven, aber auch kritischen Sinne)

Mir gefiel immer die Diversität unserer Klasse. Gefühlt kamen alle von einem anderen Ort. So hatte ich Schulkumpane aus Aeschi, Zweisimmen aber auch lokale, direkt aus Steffisburg.

Was mir am meisten im Gedächtnis geblieben ist, ist die individuelle Förderung, besonders durch unsere Klassenlehrpersonen Lisbeth Brun und Arno Reichert, der uns nach der 7. Klasse übernahm. Der Wechsel war am Anfang erst ungewohnt, ich meine aber, er hat uns langfristig gut getan. Meine Stärken waren immer Mathe, Physik, Che-

mie, das Singen und Handwerken. Diese Fächer konnte ich vertiefter erfahren, weil die Lehrpersonen meine Stärken erkannten und mir schwierigere Übungen gaben oder mich beauftragten schwächeren Schülern unter die Arme zu greifen.

Negativ in Erinnerung bleibt mir nichts, ausser dass der Französischunterricht mich nie wirklich abgeholt hat. Aber ich war ein recht stures Kind, was dieses Fach betraf.

Positiv blicke ich auf die Lager zurück, die auch eine willkommene Abwechslung zum Unterricht waren. Besonders gefallen haben mir das Waldpraktikum, die Florenzreise und das Kroatienprojekt, in welchem wir auf einer kleinen Insel unter sehr einfachen Bedingungen zwei Wochen einen freiwilligen Arbeitseinsatz für eine sozial-therapeutische Gemeinschaft leisteten. Für die zwei letzteren Lager mussten wir im Vorfeld als Klasse mit diversen Einsätzen die Finanzierung mittragen, was einerseits mit verschiedenen Arbeitseinsätzen verbunden war, aber auch aufzeigte, dass solche Extras im wahrsten Sinne des Wortes ‚verdient‘ werden mussten und auch, dass ein solcher Aufwand sich auszahlte.

Für meine 10.Klass-Abschluss-Arbeit konnte ich eine Bassgitarre bauen. Sie wurde rechtzeitig fertig zum Konzert der Band, die mein Bruder Nicola als 12.Klass-Abschluss-Arbeit an der Steiner Schule Ittigen mit zwei anderen Freunden und mir gegründet hatte. Dies war der Grundstein einer ca. fünfjäh-



rigen Erfahrung als Bandmitglied. Wir formierten uns um und gründeten die Band ‚**So Wasted**‘. Wir spielten Pop-Punk, übten die nächsten fünf Jahre zwei bis drei Mal die Woche, schrieben Lieder, traten auf, machten Tonaufnahmen und erstellten Musikvideos, alles in allem eine Erfahrung, die ich nicht missen möchte.

Wie kam es zu Deinem Berufswunsch und der anschliessenden Ausbildung?

In der Schule hatte ich immer eine Vorliebe fürs Werken. Mein Vater arbeitete damals im Spital als dipl. Pflegefachmann HöFa1 und schlug mir vor einen Beruf zu suchen, der Handwerk und einen Gesundheitsberuf verbindet. So kam ich auf den Beruf des Orthopädienschuhmachers.

Während der Ausbildung hat mir der persönliche Kontakt mit den Kunden noch besser gefallen als die Arbeit in der Werkstatt. Auch deshalb habe ich mich dazu entschieden, mich in dieser Richtung weiterzubilden und nach dem EFZ die Meisterprüfung in Angriff zu nehmen.

Dies dauerte mit dem erforderlichen einjährigen Vorkurs, bei welchem es in erster Linie um die Geschäftsführung ging, vier Jahre. Zu den Hauptfächern des Meisterkurses gehörten die Anatomie und Pathologie sowie die Biomechanik, welche mich alle sehr interessierten. Im Herbst 2020 schloss ich als zweitjüngster Orthopädie-Schuhmachermeister der Schweiz ab. Heute kann

ich aufgrund des erworbenen Fachwissens die Anliegen der Kunden erfassen und mit ihnen gemeinsam eine Lösung entwickeln, die dann in der Werkstatt von den Gesellen ausgeführt wird.

Wo arbeitest Du jetzt?

Momentan bin ich als Orthopädienschuhmacher-Meister in Lenzburg bei der Firma Pro Pede AG tätig. Was mich besonders freut, ist, dass ich mit meinem ehemaligen Schulkollegen zusammenarbeite, mit dem ich sowohl das EFZ als auch die Meisterprüfung abgelegt habe.

Das Gespräch führte Gabriele Ortner

Ricarda Zawadzki

Vielen Dank, liebe Ricarda, dass Du uns hier in Deiner Praxis in Thun empfängst.

Du bietest Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman an, was ist das für eine Behandlung?

Die Rhythmische Massage wurde in den 1920-er Jahren von Frau Dr. Ita Wegman auf Basis des von Rudolf Steiner gegebenen Anthroposophischen Menschenbildes aus der Klassischen Massage entwickelt. Sie erschuf dafür Qualitäten, die die Lebenskräfte des Menschen ansprechen und die Eigenheilkräfte stärken können.

Zum einen ist die Berührungs- und Griffqualität eine besondere: Anstelle von Druck wird im Gewebe Sog erzeugt. Die Hand lernt ins Gewebe einzutauchen und gleichsam zu lauschen. Die Mittelhand führt Wellenbewegungen aus, wie in einem musikalischen Schwingen, crescendo und decrescendo. Die Berührungen können von ganz fein bis ziemlich kräftig ausgeführt werden. Ausgehend von der Wahrnehmung mit meinen Händen lade ich das Gewebe ein, sich zu verändern. Das ermöglicht, dass Weite und „Atem“ im Gewebe entsteht. Die Durchblutung verbessert sich, Wärme entsteht und Entspannung stellt sich ein.

Grundlage der Rhythmische Massage ist das von Rudolf Steiner entwickelte drei- und viergliedrige Menschenbild des menschlichen Körpers:

Drei-Gliederung

Die Nerven-Sinnes-Tätigkeit, die uns das Bewusstsein von der Welt vermittelt und uns das Bewusstsein unseres Selbst erzeugt. Die organische Grundlage dafür ist im Kopf zentriert, wengleich über die Nerven und Sinne (Hautwahrnehmungen z.B.) im gesamten Körper ausgebreitet.

Im Bauch- und Gliedmassen-Bereich sind die Stoffwechsel-Prozesse und Bewegungs-Grundlagen zentriert (wengleich auch feine Stoffprozesse, Ernährung usw. bis zum Gehirn hin nötig sind). Diese Funktionen geben uns die Möglichkeit der freien Bewegung in der Welt und die Basis für den Substanzaufbau.

Dazwischen gelagert sind die rhythmischen Prozesse, die auch in beiden Bereichen vorkommen, zentriert aber in Herz und Lunge im Brustkorb liegen. Diese rhythmischen Prozesse der Atmung und des Pulses vermitteln nun funktionell zwischen den abbauenden Prozessen des Nerven-Sinnes-Lebens und den aufbauenden des Stoffwechsel-Lebens, hält sie im individuellen, nötigen Gleichgewicht und gleicht aus, wenn einer der beiden Pole zu überwiegen droht.

Basierend auf der obgenannten Drei- und Viergliederung des menschlichen Organismus blicke ich auf Gesundheit und Krankheitsprozesse. Verschieben sich die a priori gesunden Prozesse im Menschen in ein Ungleichgewicht, so entsteht eventuell Spannung, Stress, Überforderung und letztlich Krankheit. Diese Sichtweise ergibt Indikationen für die Spezifizierung der Bewegungsqualität und der Behandlungsabläufe, mithilfe derer in Ungleichgewichte, in verschobene, krankmachende Prozesse ordnend eingegriffen werden kann.

Da jeder Mensch anders ist, jedes Gewebe individuell reagiert, jeder Einzelne auch selber von Tag zu Tag unterschiedlich agiert und reagiert, ergibt sich aus diesem wahrnehmenden Behandeln heraus eine Fülle von Griffqualitäten und Metamorphosen. Dies ermöglicht, die Massagebehandlung gleichsam im Gespräch zu gestalten und anzupassen.

Generell bringt berührt zu werden und berührt zu sein dem Menschen eine neue Verbindung mit seinem Körper. Dies ist vorteilhaft: Wenn ich in ‚meinem Hause‘ wieder präsent bin, kann ich meinen ‚Angelegenheiten‘ anders begegnen.

Unsere vier Wesensglieder – sie haben wir gemeinsam mit den Naturreichen:

- Physischer Leib, den wir anfassen können. Er zerfällt beim Tod (Zuordnung: Mineralreich)

- Lebensleib (Ätherleib). Er führt und formt alle unsere lebendigen Funktionen (Pflanze)

- Seelenleib (Astralleib): beinhaltet all unsere Seelenregungen, Gefühle, bringt Möglichkeit der Bewegung und birgt Triebe und Instinkte (Tierreich)

- Geistleib / Ich: Unser Selbstbewusstsein, geistiger Kern des Menschen. Unser Ich führt uns im Denken, Fühlen und Wollen; Möglichkeit zur Selbstreflexion und Entwickelung (Mensch)

Alle 4 Wesensglieder wirken aufeinander.



Warum und wie kommen die Menschen zu Dir?

Viele Menschen kommen mit einer spezifischen Diagnose oder werden vom Arzt an mich verwiesen. Einige Menschen kombinieren die Massage, die oft unterstützend eingesetzt wird mit anderen Massnahmen. Sie kann z. B. Menschen als Vorbereitung einer aktiven Therapie dienen. Nicht nur bei physischen Erkrankungen, auch in seelischen Notsituationen, bei biografischen Fragen kann die Rhythmische Massage unterstützend wirken. Vorheilig ist, dass ich den Menschen in ihren ‚Angelegenheiten‘ aus einer anderen Warte begegnen kann.

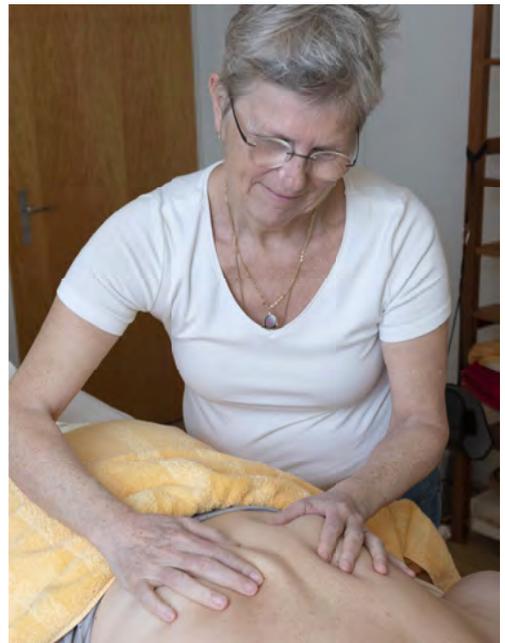
Einige Menschen suchen bewusst Rhythmische-Massage-Therapie und finden mich im Internet, andere kommen auf Empfehlung.

Es gibt auch Menschen, die ohne Diagnose regelmässig kommen, weil sie merken, dass sie so ihr Gleichgewicht unterstützen können, sowie Patienten, die in der Klinik Arlesheim oder im Kurhaus bereits gute Erfahrungen damit gemacht haben und diese Anwendung bei mir fortsetzen wollen.

Zusätzlich zu meiner Praxis in Thun bin ich jeden Freitag im Alterswohn- und -pflegeheim Rüttihubelbad tätig.

Wie gehst Du bei der Massage vor?

Meistens arbeite ich mit Öl und rede während der Behandlung wenig, also nur, wenn es wichtig ist. Liegt jemand auf dem Tisch, sprechen meine Hände mit dem Gewebe. Wenn mein Ohr und mein Kopf ganz dabei sein können, ergibt sich die erforderliche Qualität. Normalerweise ist man bis auf Unterwäsche und Socken entkleidet, je nachdem, welche Körperpartien behandelt werden. Man wird in Tücher gehüllt, nur der zu behandelnde Körperteil liegt frei. Unser Wärmeorganismus ist zu schützen. Es ist notfalls auch möglich, über den Kleidern zu massieren. Nach der Massage soll noch etwa 20 Minuten geruht werden.



Warum ist die Nachwirkzeit so wichtig?

Während dieser Zeit kann der Nachklang der Behandlung aufgenommen und die angelegte Veränderung verinnerlicht werden.

Unsere vier Wesensglieder wirken alle aufeinander und insbesondere im Stress oft nicht mehr im Einklang miteinander. Das kann zu Schmerzen, Spannungen und eventuell organischen Schäden führen. Das Ziel der Behandlung ist, dass die vier Anteile unseres Selbst sich wieder harmonisch ineinanderfügen können.

Baust Du eine Behandlung auf oder schaust Du den Patienten jedes Mal von Neuem an?

Ich spanne zwar einen Bogen, wohin es gehen soll. Trotzdem spüre ich jedes Mal ab, wo ein Mensch steht. Auch geschieht zwischen den einzelnen Behandlungen vieles. Manchmal gebe ich Übungen mit, der Prozess bewegt sich jedenfalls weiter und wenn die Menschen wieder kommen, sind sie meistens an einem neuen Punkt. Erfordert die jetzige Situation oder ein akutes Geschehen etwas ganz anderes? Dann passe ich die Behandlung der aktuellen Gegebenheit an.

Wie bist Du zu Deinem Beruf gekommen?

Ich bin 1963 östlich von Wien aufgewachsen und habe schon als Kind gerne massiert und konnte meist spüren, wo was nötig ist. Nach der Matura machte ich erst eine Ausbildung

zur Volksschullehrerin, arbeitete dann, weil es für uns neue Lehrer damals keine Arbeit gab, erst als Au-pair, später in einer Bank.

Zu dieser Zeit gab mir eine Freundin das Buch von Dr. Margaretha Hauschka über die Rhythmische Massage nach Dr. Ita Wegman. Sofort wusste ich, dass ich das lernen wollte. Frau Dr. Hauschka hatte die Rhythmische Massage von Fr. Dr. Ita Wegman gelernt und war massgeblich an der Entwicklung des Unterrichts, dem Aufbau des Curriculums, beteiligt.

Während der Arbeit in der Bank, sass mir ein ehemaliger Spieler des österreichischen Nationalteams Volleyball, gegenüber. Er bat mich, sein Team zu massieren. Dazu kam eine gleiche Anfrage einer Schauspielerin. So arbeitete ich an Abenden und Wochenenden in der Halle und am Theater. Parallel dazu absolvierte ich eine Ausbildung in Sportmassage. Mit Einkommen und Ferienzeiten aus der Bank konnte ich dann die Ausbildung in Rhythmischer Massage in Boll / Deutschland absolvieren.

Zwei Jahre nach Abschluss meiner Ausbildung wurde ich angefragt, an der Schule für Rhythmische Massage in Boll mit zu unterrichten. Danach wurde ich von Freunden gebeten, Kurse und Weiterbildungen zu geben. Kurse für Ärzte, Physiotherapeuten und Masseure sowie Weiterbildungen zu äusseren Anwendungen, Einreibungen, Bädern kamen dazu. Ich konnte an mehreren Ausbildungsstätten für Rhythmische Massage mitar-

beiten; zwei davon in der französischsprachigen Schweiz und in Italien hatte ich auch (mit-)gegründet. Es folgte die Ausbildung von Arbeitskollegen zu Ausbildnern Rhythmische Massage und die Zusammenarbeit der Schulungsstätten auf internationalem Niveau.

1999 entschied ich mich zur Ausbildung als Heilpraktikerin. Dazu kamen später noch Ausbildungen zur Erwachsenenbildnerin, Mediatorin und Auditorin sowie Ausbildung in gewaltfreier, lösungsfokussierter Kommunikation.

Wie gross ist die Nachfrage zur Ausbildung für Rhythmische Massage heute?

Es ist ein steiniger Weg, da die Ausbildung selbst finanziert werden muss. Im letzten Herbst wurde in Zürich eine Ausbildung mit einer relativ grossen Gruppe gestartet. Diese ist mit der Ausbildung Komplementär-Therapie verknüpft, damit die Rhythmische-Massage-Therapie einen besseren Stand im Gesundheitswesen erhält. Dies ermöglicht, dass weiterhin Verschreibungen von den Krankenkassen anerkannt sind und die Therapie bezuschusst wird. Die Leistungen der Zusatzversicherung sind je nach Kasse unterschiedlich. Es lohnt sich, vorher abzuklären, ob eine Therapie und ob die Therapeuten, anerkannt wird.

Was machst Du in Deiner Freizeit?

Spazieren, Singen und Lesen; dabei sind geisteswissenschaftliche Literatur und Fachbücher, aber auch Romane. Zurzeit lese ich «Die Baronin im Tresor» von Franziska Streun über die Baronin Betty Lambert von Goldschmidt- Rothschild von Bonstetten, welche während Jahrzehnten auf dem Bonstettengut in Thun/Gwatt gewohnt hat.

Weiter führe ich einen Gesprächs- und Lesekreis Anthroposophie. «Das Leben ist voller Rätsel und die Welt um uns wirft Fragen auf. Oftmals kommen wir an die Grenzen des Verstandes, unser Denken allein hilft nicht weiter. Was ist der Mensch und wie ist die Welt geordnet?» ist dabei unser Ausgangspunkt für die gemeinsame Arbeit.

Wir gehen von Vorträgen und Textpassagen aus und beleuchten, unter anthroposophischen Gesichtspunkten, Fragen zu Mensch und Welt. Zur Zeit lesen wir den Vortrag von Rudolf Steiner *‘Von wem habe ich meine Seele geerbt’*.

Die nächsten Male treffen wir uns am 8. Mai, 5. Juni und 3. Juli. Bei Interesse gerne bei mir melden, weitere Daten gebe ich gerne bekannt.

Bald kannst Du Deinen 60. Geburtstag feiern. Was wünschst Du Dir beruflich?

Im Behandeln noch genauer, noch präziser, noch klarer auf das Wesentliche zu kommen.

Gibt es Kollegen in der Umgebung, die Du Interessierten empfehlen kannst?

Barbara Lässer-Schumacher bietet in ihrer Therapiepraxis an der Aarestrasse 53 in 3613 Steffisburg Rhythmische Massage an (Telefon: 033 438 26 60)

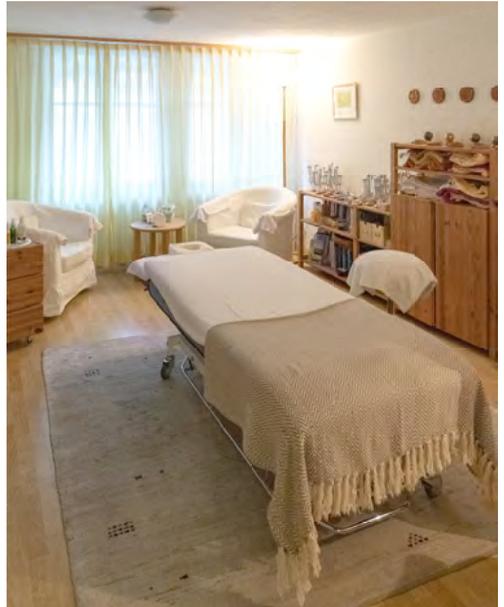
Eine Gesamtübersicht lässt sich unter 'Rhythmische Massage' auf der Seite des Berufsverbands Rhythmische Massage Schweiz finden: <https://www.vrms.ch/therapeuten-rhythmische-massage>.

Anna de Millas ist in Dornach, Arlesheim und an ein bis zwei Tagen in Thun in der Praxis ober bei mir tätig und bietet neben Eurythmie und Heileurythmie weitere Bewegungstherapien an: <https://www.artelier-eurythmie.ch>.

Herzlichen Dank, liebe Ricarda, für diesen Einblick in Deine interessante Tätigkeit!

Herzlichen Dank Euch für Euer Interesse und Eure Fragen.

Das Gespräch führten Gabriele Ortner und Pascaline Rubin



Wer noch mehr über die rhythmische Massage lesen möchte, dem empfehle ich das Heft Nr. 244 von Anthrosana, siehe Seite 38.

Ricarda Zawadzki, Rhythmische Massage Therapie nach Frau Dr.med. Ita. Wegman, Obere Hauptgasse 39, 3600 Thun
Tel: 033 251 18 68, 079 302 62 80
ricarda@bzawadzki.ch

«Allein auf dem Meer» von Chris Vick

Was lesen Jugendliche heute? – Viele tauchen gerne ein in Fantasie- oder besser Fantasy-Welten, nachdem J.K. Rowling vor mehr als zwanzig Jahren mit «Harry Potter» dem Fantasy-Genre zu einem bis heute anhaltenden Boom verholfen hat. Immer wieder fragen Kinder und Jugendliche oder deren Erwachsene aber auch explizit nach «wahren» Geschichten, die sie so auch erleben könnten oder welche, die oft schwierige Themen der realen Welt zur Sprache bringen und einordnen helfen.

Eines davon ist «Girl.Boy.Sea» (2019) von Chris Vick. Die deutsche Übersetzung erschien im letzten Jahr im Beltz-Verlag unter dem Titel «Allein auf dem Meer» (ISBN 9783407756428). Ich wurde auf das Buch durch das wunderschön gestaltete Cover aufmerksam und merkte beim Lesen, dass das Titelbild die Stimmung der Erzählung perfekt wiedergibt.

Das Buch handelt vom 15-jährigen Bill, der gerne rechnet und viel weiss. In den Ferien nimmt er auf Vorschlag seiner Eltern mit sechs anderen Buben und einem erfahrenen Skipper an einem Segeltörn vor der Küste Marokkos teil. Das Boot gerät in einen heftigen Sturm und Bill findet sich danach alleine auf einem Beiboot mitten auf dem Ozean wieder. Nach wenigen Tagen trifft er auf eine weitere Schiffbrüchige: Aya, ein Berbermädchen. Die beiden geben sich Halt und kämpfen gemeinsam gegen die gnadenlose Hitze und den nie versiegenden Durst. Eine tiefe Freundschaft entsteht,

obwohl sich die beiden zunächst nur sehr mühsam verständigen können. Um sich abzulenken, erzählt Aya Geschichten aus der Sheherazade, die wie ein Traum daherkommen. Die beiden stranden nach einigen sehr dramatischen Situationen, in denen es ums nackte Überleben geht, schliesslich auf einer kleinen, unbewohnten Insel, doch erwartet sie dort nur vorübergehend Rettung. Sie geraten erneut in Gefahr und müssen weiter flüchten. Die Geschichte nimmt ein hoffnungsvolles, aber nachdenkliches Ende – mehr sei nicht verraten.

Chris Vick lebt in Bath, England, und ist zeit seines Lebens mit dem Meer verbunden. Er ist begeisterter Surfer und unterstützt Wohltätigkeitsorganisationen zum Schutz von Walen und Delfinen. Diese Verbundenheit mit dem Meer und der Natur ist zwischen den Zeilen stark spürbar und macht die Geschichte so glaubwürdig. Chris Vick gelingt es, den Spannungsbogen in diesem Buch bis zum Schluss zu führen und verschiedene Themen zu berühren: Wie verändern sich unsere Werte in Extremsituationen? Wie stark sind wir von unserer Herkunft geprägt? Was ist uns Menschen im Tiefsten gemein?

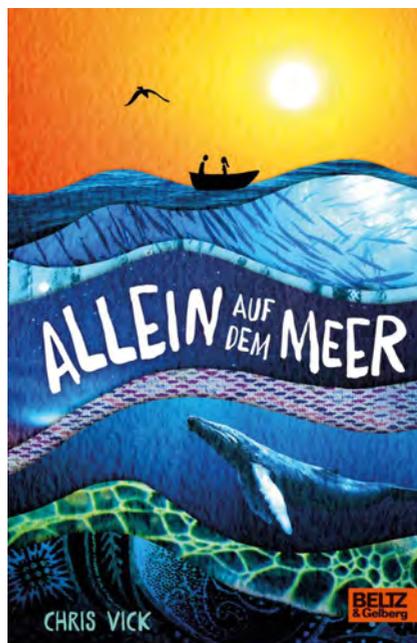
Das Buch wird für Buben und Mädchen ab 12 Jahren empfohlen. Für «zarte Seelen» würde ich die Altersempfehlung aber nach oben setzen, da teilweise existentielle Fragen berührt und drastische Szenen sehr realistisch geschildert werden.

Wenn das Buch vorgelesen wird, können solche Passagen natürlich gemeinsam besprochen und eingeordnet werden.

Auch alle weiteren Bücher von Chris Vick sind Jugendbücher und handeln vom Meer, allerdings sind sie bis jetzt nur in der Originalsprache Englisch erhältlich:

- «Kook» (2016)
- «Storm» (2017)
- «The last whale» (2022)

Dagmar Anreiter



Gebundene Ausgabe

Erscheinungsdatum: 09.02.2022

Verlag: Julius Beltz GmbH & Co. KG

Seitenzahl: 272

Auflage: 2. Auflage

Originaltitel: Girl. Boy. Sea

ISBN 978-3-407-75642-8

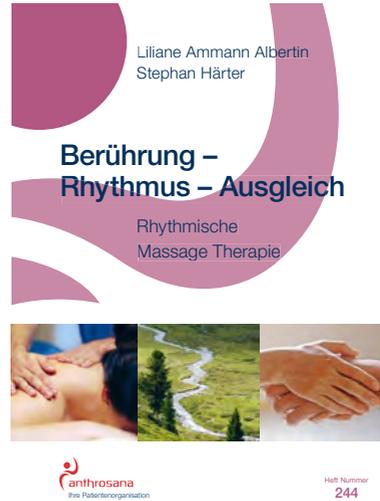
Fr. 24.90

«Berührung - Rythmus - Ausgleich»

Die Rhythmische Massage Therapie hat sich in den letzten Jahren weiterentwickelt und steht heute in dem sich stetig wandelnden Gesundheitswesen als anerkannte Methode der KomplementärTherapie in der Schweiz zur Verfügung. Sie gehört zu den beliebten ganzheitlich ausgerichteten anthroposophischen Therapien, die die Selbstheilungskräfte und die Widerstandsfähigkeit des Menschen ansprechen.

Die vorliegende Publikation von Liliane Ammann Albertin und Stephan Härter ist das Ergebnis ihrer langjährigen beruflichen Erfahrung. Sie blicken kurz auf die Entstehungsgeschichte zurück, um dann ausführlicher die verschiedenen Möglichkeiten und Handhabungen der Rhythmischen Massage Therapie zu beschreiben. Menschenkundliche Grundlagen der Anthroposophischen Medizin werden skizziert und können zur persönlichen Auseinandersetzung anregen. Erkenntnisse zu den Rhythmen im Menschen, zu den Sinnen, zu den Wesensgliedern und zur funktionellen Dreigliederung des menschlichen Organismus werden dargestellt, aber auch das konkrete Vorgehen, die Massagegriffe während der Behandlung, werden anschaulich beschrieben. Anhand verschiedener Klientenbeispiele wird aufgezeigt, wie die Umsetzung in der Praxis stattfinden und sich später im Alltag auswirken kann.

Empfohlen von Ricarda Zawadzki



ISBN 978-3-905364-44-6

Fr. 10.-

Eine Leseprobe finden Sie auf der Webseite
www.anthrosana.ch

Liliane Ammann Albertin, geboren 1959 im St. Galler Rheintal, Medizinische Masseurin EFA, Ausbilderin in Rhythmischer Massage, langjährige Präsidentin des Verbands Rhythmische Massage Schweiz (VRMS), Co-Studiengangleitung der Ausbildung Komplementär-Therapeutin Rhythmische Massage Therapie.

Stephan Härter, geboren 1957 in der Ostschweiz, Pflegefachmann HF, Camphillseminar Humanushaus, KomplementärTherapeut Rhythmische Massage Therapie. Co-Schulleitung und Referent an der Schule für Rhythmische Massage, Arlesheim, langjährige Tätigkeit in der Gemeinschaftspraxis Therapeutikum Bern und Gemeinschaftspraxis Worb.

Der Mensch und der Bär

Ein Märchen aus Bosnien und Herzegowina

In alter Zeit, als die Menschen die Sprache der Tiere und die Tiere die menschliche Rede noch verstanden, begegneten ein Mensch und ein Bär einander einmal im Walde. Die beiden schlossen Wahlbruderschaft und blieben fortan beisammen. Der Bär streifte durch den Wald und jagte nach Wild und der Mensch bereitete es zu und teilte es auf. So ging es ihnen gut, sie hatten alles im Überfluss und nichts zu wünschen übrig.

Da geschah es einmal, dass ein heftiger Gewitterregen fiel und die beiden in eine unheimliche Felsenhöhle krochen, um darin Schutz zu suchen. Sie legten sich zum Schlafen nieder; eng lagen sie beieinander, und der Vetter Bär hielt den Menschen, wie eine Mutter ihr kleines Kind hält. Plötzlich ruft der Mensch: *«Geh, Vetter, kehr dich zur anderen Seite um!»*

«Aber warum denn?», fragte der Bär.

«Geh, kehr dich um, aus deinem Munde strömt übler Geruch.»

Der Bär kehrte sich um und schwieg still. Als die Sonne am Morgen aufging, weckte der Bär seinen Wahlbruder, den Menschen, und sprach: *«Steh schleunigst auf, nimm deine Axt und schlag mir auf den Schädel!»*

«Gott steh mir bei! Bist du von bösen Gei-

stern besessen, dass du solches von mir verlangst? Wie kann ich dir auf den Schädel schlagen?»

«Ich habe es gesagt, und du tust es!»

Was sollte der Mensch tun? Er nimmt seine Axt und schlägt den Bären damit auf den Schädel und fügt ihm eine tiefe Wunde zu. Darauf sagt der Bär: *«Nun, Wahlbruder, geh du deinen Weg, und ich gehe meinen. Heute über ein Jahr kehre hierher zurück, damit wir uns wiedertreffen!»*

Das Jahr kam und verging, und die Wahlbrüder trafen einander wieder. Da sprach der Bär: *«Sieh einmal nach, Wahlbruder, ob die Wunde, die du mir geschlagen hast, schon verheilt ist.»*

Der Mensch untersuchte den Kopf des Bären und sprach: *«Bei Gott, die Wunde ist längst verheilt und kaum mehr fühlbar.»*

«Siehst du, Bruder, diese Wunde ist verheilt und schmerzt mich nicht mehr», erwiderte der Bär, *«doch jene, die deine Worte mir geschlagen haben, spüre ich noch immer. Pack dich von hinnen, sonst zahlst du Blutgeld!»*

Und fortan gingen die beiden sich aus dem Weg.

Vorgestellt von Doris Barrot

Bleibt alles anders?

Liebe Leser*innen, Freund:innen, Lehrerinnen und Lehrer, SchülerInnen, Gönner_innen, dieses-Heft-in-der-Hand-Haltende

Wie wirkt diese Anrede auf Sie, fühlen Sie sich angesprochen?

Seit einiger Zeit grübeln wir in der Redaktion, ob es eine einheitliche, sogenannte geschlechtergerechte Sprache in unseren Mitteilungen braucht. Es ist noch nicht allzu lange her, da wäre uns diese Frage reichlich seltsam vorgekommen, denn der Gebrauch des generischen Maskulinums¹ war über Jahrhunderte gebräuchlich und akzeptiert. Aber ist diese Form noch zeitgemäss? Wir meinen: nein, denn in der Sprache spiegelt sich die Gesellschaft wider. Das generische Maskulinum entwickelte und behauptete sich zwar über eine sehr lange Zeit, aber aus Gesellschaften heraus, in denen Frauen in den allermeisten Lebensbereichen nichts oder nur sehr wenig zu sagen hatten. Das ist seit vielen Jahren anders, die weibliche Form ist unabdingbar in den Artikeln. So weit, so gut. Unsere heutige Gesellschaft kennt jedoch auch Menschen mit anderen Geschlechtsidentitäten. Folglich trifft eine paarweise Nennung nicht ins Schwarze, wenn man inklusiv schreiben möchte. Mittel stehen uns dafür so einige zur Verfügung: Gender*sternchen, Gender:doppelpunkt, Gender_ unterstrich, Binnen-I, (umständliche) Umschreibungen usw.

Glaubt man den Medien und dem Hype ums Gendern, muss jede*r "richtig gendern"; es wird gar suggeriert, dass eine Sprache, die nicht explizit jede:n direkt anspricht, ungerrecht ist. Ist das so?

Friedrich Forssman, Typograf und Buchgestalter, fragt sich, ob sich eine Sprache tatsächlich über tausende Jahre "ungerecht" entwickeln kann (siehe oben) und was passiert, wenn man dies mit aller Macht korrigieren will. Er meint, dass wir uns mit diesem Korrekturbestreben von unserer Sprachgeschichte abschneiden, müsste doch konsequenterweise auch die Literatur umgeschrieben, sprich "gender-gerecht" korrigiert werden – was für ein Gedanke! Zudem haben das * und seine Artgenossen, so Forssman, nicht nur eine sprachliche, sondern auch eine moralische Funktion: Wer nicht mitmache, der stehe auf der falschen Seite. Unsere Sprache eine uns nicht länger, sondern trenne und manipulierte. Das gilt es zu bedenken.

Folgendes eben auch: Welche Wirkung hat ein Text auf Leser, Leserin, Lesenden, wenn die verfassende Person alle möglichen Geschlechterformen oder neu kreierte Umschreibungen eingebaut hat? Wie wirkt sich ein Gender:doppelpunkt auf den Lesefluss aus; funktionieren (Vor)Lesehilfen überhaupt, wenn Gender*stern und Co. eingesetzt werden?

So oder so, die Sprache als gewachsene Struktur und als ästhetisches Mittel leidet unter diesem, von aussen aufgedrängten Eingriff, der übrigens laut Umfragen des Westdeutschen Rundfunks (infratest dimap, September 2022) vielen Menschen in Alltag und Berichterstattung gar nicht wichtig ist.

Bisher gingen alle VerfasserInnen unserer Artikel nach eigenem Gutdünken mit gendergerechter Sprache um, schliesslich gibt es keine offiziellen Richtlinien dafür, auch nicht im Duden. Uns als Redaktion ist bewusst, dass dies ein wichtiges, emotional beladenes Thema ist, doch haben wir in unserer Auseinandersetzung damit nicht sämtliche Aspekte beleuchten und abwägen oder gar zu einer einheitlichen Haltung kommen können. Die neue, geschlechterbewusste Sprache muss sich erst finden, nicht nur bei uns, sondern überall.

Deshalb erlauben wir uns, für unsere Mitteilungen zunächst keine Vorschriften diesbezüglich festzulegen. Wir überlassen es -wie bisher- unseren Schreibenden, wie sie das Gendern handhaben. Wir alle werden weiterhin sorgsam mit unserer Sprache umgehen: Sie soll Inhalte transportieren und der Substanz eines Textes oder einer Aussage dienen.

Alle dürfen sich eingeladen, angesprochen und einbezogen fühlen. Egal, wie "korrekt" gegendert wird in unseren Artikeln: Wir möchten jeden erreichen, niemanden diskriminieren und gleichzeitig Lesegenuss bieten. Wir sind offen für Neues, auch sprachlich, und freuen uns auf einen konstruktiven Diskurs mit Ihnen.

Für die Redaktion

Natalie Wacker

¹ *grammatisch männliche Personen- oder Berufsbezeichnungen, die unspezifisch für Personen verwendet werden; dabei spielt das biologische Geschlecht keine Rolle, kann männlich, weiblich, divers oder gar unbekannt sein*

Besuchsnachmittag in den Spielgruppen

In der kommenden ersten Klasse
gibt es noch freie Plätze!

Besuchsnachmittag in der WALDSPIELGRUPPE

Do 04.05.23 | 14:00 - 16:00
Ort wird bei Anmeldung bekannt gegeben.
Anmeldung erforderlich: 079 375 74 29
sarah.pfiffner@steinerschulebo.ch

Besuchsnachmittag in der SPIELGRUPPE

Fr 05.05.23 | 14:00 - 16:00 |
Kinderstube A sternweg 1, Steffisburg
Anmeldung erforderlich: 079 375 74 29
sarah.pfiffner@steinerschulebo.ch

Eltern mit ihren Kindern u. Interessierte sind an allen Standorten herzlich willkommen.

Weitere Informationen zum gesamten Schulangebot finden Sie unter www.steinerschulebo.ch

Im gesamten Schul- u. Vorschulangebot können jederzeit Schnuppertermine vereinbart werden.

Bitte melden Sie sich bei Interesse im Sekretariat: 033 438 07 17

Astrastrasse 15 | 3612 Steffisburg | T 033 438 07 17
info@steinerschulebo.ch | steinerschulebo.ch



**RUDOLF STEINER SCHULE
BERNER OBERLAND**

Eltern-Kind-Treff



Der Eltern-Kind-Treff bietet ersten Kontakt für Kinder ab 3 Monaten in Begleitung der Eltern. Den Eltern bieten wir die Möglichkeit sich auszutauschen und in einem kurzen theoretischen oder praktischen Teil in diverse Themen einzutauchen. Der Eltern-Kind-Treff findet jeweils am Samstag von 14:00 - 16:30 in der Kinderstube, Astenweg 1, 3612 Steffisburg, an folgenden Daten statt:

Sa 10.06.2023 Thema: Geschichten und Reime für das kleine Kind im Sommer

Sa 17.06.2023 Thema: Das primäre Spiel (freies spielen zu Hause)

Leitungen des Treffs:

Andrea Juravle: 079 136 07 05 | andrea.juravle@steinerschulebo.ch
Spielgruppenleiterin, Malpädagogin, Künstlerin und Mutter von zwei Kindern.

Nella Sahli: 079 930 51 61 | nella.sahli@steinerschulebo.ch
Spielgruppenleiterin und Mutter von vier Kindern.

Kosten:

Fr. 10.- pro Nachmittag für 1 Erwachsenen mit 1 Kind, jedes weitere Kind Fr. 3.-, inklusive Zvieri und Material.

Verbindliche Anmeldung per SMS oder Mail bitte direkt an Andrea Juravle.



Eltern-Kind-Treff im Wald



Der Eltern-Kind-Treff im Wald bietet ersten Kontakt in der Natur für Kinder in Begleitung der Eltern. Den Eltern biete ich die Möglichkeit sich auszutauschen und in einem kurzen theoretischen oder praktischen Teil in diverse Themen rund um den Wald und die Natur einzutauchen. Der Eltern-Kind-Treff findet jeweils am Mittwoch von 14:00 - 17:00 beim Waldplatz der Wurzelkinder (Waldspielgruppe) in Steffisburg an folgenden Daten statt:

Mi 03.05.2023 Thema: **Zvieri auf dem Feuer**

Mi 17.05.2023 Thema: **Waldplätze entdecken**

Mi 31.05.2023 Thema: **Regentage im Wald**

Mi 14.06.2023 Thema: **Spielideen in der Natur**

Mi 28.06.2023 Thema: **Rezepte aus der Natur**

Leitung des Treffs:

Nella Sahli: 079 930 51 61 | nella.sahli@steinerschulebo.ch
Spielgruppenleiterin, Naturgruppenleiterin und Mutter von vier Kindern.

Kosten:

Fr. 20.- pro Nachmittag pro Familie (1 Erwachsener und eigene Kinder), weitere erwachsenes Begleitung: Fr. 10.-, inklusive Zvieri und Material.

Verbindliche Anmeldung bitte per SMS oder Mail direkt an Nella Sahli.



Eltern-Treff



Der Eltern-Treff soll die Möglichkeit geben sich auszutauschen und über erzieherische Alltagssituationen zu diskutieren und neue oder alte Anregungen mit nach Hause zu nehmen.

Wir werden einen kleinen Teil Theorie, als Kurzreferat, zur Anregung bieten und einen grösseren Teil zum Austausch zur Verfügung stellen.

Der Eltern-Treff findet jeweils am Dienstag um 20 Uhr in der Kinderstube, Aternweg 1, 3612 Steffisburg, an folgenden Daten statt:

Di 09.05.2023 Thema: **Der kleine Krieg im Geschwisterzimmer**
(wenn Geschwister streiten)

Di 30.05.2023 Thema: **Wut tut gut (Begleitung in Frustphasen)**

Leitungen des Treffs:

Andrea Juravle: 079 136 07 05 andrea.juravle@steinerschulebo.ch
Spielgruppenleiterin, Malpädagogin, Künstlerin und Mutter von 2 Kindern

Nella Sahli: 079 930 51 61 nella.sahli@steinerschulebo.ch
Spielgruppenleiterin und Mutter von 4 Kindern

Kosten: Fr. 25.- pro Abend

Verbindliche Anmeldung per SMS oder Mail bitte direkt an Andrea Juravle.



Wir suchen ab sofort

- Englischlehrperson 5. bis 9. Klasse (50%)
- Musiklehrperson 5. bis 9. Klasse (ca. 35%)
- Förderlehrperson (20%)
- Klassenlehrperson 5. Klasse für das Schuljahr 2023/23

Sie bringen mit:

- Freude an der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen, Eltern und Kollegen
- Selbstständigkeit und Initiative
- Interesse an kollegialer Zusammenarbeit und der Mitgestaltung der Schulgemeinschaft
- ein abgeschlossenes Studium der Rudolf Steiner Pädagogik oder
- eine abgeschlossene pädagogische Ausbildung mit der Bereitschaft zur Weiterbildung in der anthroposophischen Pädagogik
- Interesse an Forschung und Weiterbildung

Wir bieten:

- eine aktive Schulgemeinschaft
- ein offenes und engagiertes Kollegium, das mit Freude an einer zeitgemässen Gestaltung von Schule arbeitet
- Möglichkeit zur Fortbildung und Hospitation
- Einarbeitung durch erfahrene Mentoren
- Einkommen auf der Basis der internen Gehaltsordnung
- Tätigsein in der kraftvollen, berührenden Landschaft am Thunersee, des Berner Oberlands

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung an die Mitarbeitergruppe:
mitarbeitergruppe@steinerschulebo.ch

Rudolf Steiner Schule Berner Oberland

Pädagogische Leitung

Dr. Valentin Wember

Leitung Mitarbeitergruppe

Justine Gölz

Demetrius, der Bioladen unserer Schule



neu mit Homepage:
www.demetrius.ch

der Bioladen unserer
 Schule - ein kleiner
 Laden mit grossem
 Sortiment!

Wir bedanken uns herzlich bei Ihnen für Ihren Einkauf, Ihre Treue und die netten Begegnungen und wir freuen uns, Sie weiterhin so zahlreich begrüßen zu dürfen.

Ihr Demetrius-Team



Unserem Motto bleiben wir weiterhin treu: **bio – regional – saisonal**

An unseren Öffnungstagen, Montag bis Freitag, haben wir bereits ab 8 Uhr geöffnet, ideal um nach Schulbeginn in Ruhe die Einkäufe zu tätigen.

Infos, Aktionen, Tipps und Bestellung: demetrius.ch

Neu sind wir auch auf Facebook!

Demetrius

vis-à-vis Schulparkplatz | Telefon: 033 438 71 00 | Mo - Fr 8:00-12:30



Heilende Bewegung

Wie schon Paracelsus sagte – der Patient ist der Arzt und der Arzt ist sein Helfer.

Es gibt verschiedene Wege, um selbst gesund zu bleiben. Bewegung ist dazu ein wichtiger Weg. Von Geburt an lernen wir über die Bewegung, zum Beispiel das aufrechte Stehen und lateralisierte Handeln. Wir verbinden uns dadurch mit der Umwelt, aber auch mit dem Kosmos. Die Kräfte, die von der unsichtbaren Welt zu uns fließen, wirken auf uns. Verschiedene Kulturen haben Wege gefunden, wie man sich mit ihnen durch den Tanz, durch Rituale und Körperstellungen verbinden kann. Es gibt Menschen, die Heiler sind, weil sie diese Verbindung spüren und weitergeben können. Wir alle können uns durch Bewegung besser kennenlernen und dadurch auch gesund bleiben. Denn es führt ein Weg zum Selbstbewusstsein unserer Seele über die geführte Bewegung.

Der Weg, den ich hier zeige, kommt aus meiner Ausbildung und Erfahrung mit Heil-Eurythmie (von R. Steiner), Psychomotorik und Qigong. Diese Erfahrung möchte ich gerne weitergeben. Möge sie uns eine Hilfe in der heutigen Zeit sein, um die innere Balance zu erhalten.

Wir treffen uns jeweils am Mittwoch um 20 Uhr für eine Stunde in der MERU-Praxis an der Frutigen Strasse 21 in Thun.

Um die Raummiete zu decken, wird um eine Kollekte gebeten.

Bitte melden Sie sich vorgängig bei mir an.

Magdalena Majorek

Telefon: 043 843 09 18

Mobile: 079 318 09 20

E-Mail: lena24@gmx.ch

Sommerfest 17. Juni 2023

Samstag, 11 - 21 Uhr

Humanushaus, Beitenwil 61,
3113 Rubigen

humanushaus



Inklusives Freilicht-Spektakel

Baron auf den Bäumen

23. August bis 16. September 2023

www.humanushaus.ch

Rhythmische Massage

nach Dr. Ita Wegman/Dr. Margarete Hauschka



Ricarda Zawadzki

Obere Hauptgasse 39
CH-3600 Thun

T + 41 (0) 33 251 18 68
M +441 (0) 79 302 62 80
ricarda@bzawadzki.ch

SCHRANZ GEIGENBAU



VERKAUF, REPARATUR, MIETE, ZUBEHÖR
3600 Thun · Tel. 033 223 42 39 · www.geigenbau.ch

Unverpackt-Laden | Werkstatt
Workshops | Caterings | Events
| Leihbar | Café



OHNI Thun
www.ohni.ch

Schulstrasse 10 | 3604 Thun

HERZ SINNE

ATELIER FÜR PERSÖNLICHKEITSENTWICKLUNG, ENERGIE- UND KÖRPERARBEIT

www.herzundsinne.ch

Marcel Ruchti

Mittlere Strasse 74

3600 Thun

079 656 77 87

marcel@herzundsinne.ch



O E K O L A D E N

Biologische Lebensmittel und Naturkosmetik

Obere Hauptgasse in Thun

Mo 12.00 – 18.30 | Di – Fr 9.00 – 18.30 | Sa 8.30 – 16.00



Lukas Gräppi

Bau- & Möbelspenglerei
Spengleranschlüsse zu
Photovoltaik-Anlagen

Lattigweg 10 | 3700 Spiez
t 033 221 04 40 | m 076 372 30 06

lukas@graepi-biegteshin.ch
www.graepi-biegteshin.ch

Körper - Atem - Stimme

Therapie und Schulung nach der Methode der Stimmenthüllung mit Berücksichtigung der Atemkonstitution (Terlusollogie)



Regula Berger

(EMR® Methode 128)

Eidg. dipl. Apothekerin
Gesangstherapeutin,
Sängerin

**Einzelunterricht/Therapie/Gruppenunterricht
Singwochen/Termine auf Anfrage**

Über die Stimme kann der ganze Mensch in Fluss und ins Gleichgewicht gebracht werden, Selbstvertrauen und Ausdruckskraft gewinnen und gesundheitlich Stabilisierung erfahren.

Körperliche und seelische Beschwerden hängen oft zusammen und können über Töne, Elemente der anthroposophischen Musiktherapie und die Atmung gezielt bearbeitet werden.

Brauereiweg 6 | 3612 Steffisburg | 033 438 11 13 | 079 232 46 02 | r.berger@kalliope.ch

**impuls plant
schreinert
baut und denkt
nachhaltig**

Marcel Ruchi
Mittlere Strasse 74
3600 Thun
fon +41 33 223 25 50
info@holzimpuls.ch

Holzbau / Schreinerei / Möbel / Solarkraftwerke
Bauplanung / Küchen / Akustik & Technik

holzimpuls.ch





SCHLOSSAPOTHEKE
THUN

OBERE HAUPTGASSE 33
3600 THUN
T 033 222 45 51
SCHLOSS-APOTHEKE.CH



Schreinerei
Innenausbau
Fensterfabrikation



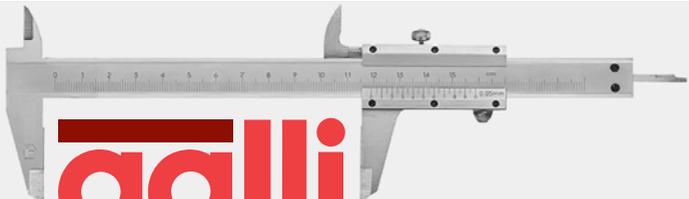
Zybach Holztechnik AG | Kreuzweg 117 C | 3614 Unterlangenegg | Tel. 033 453 13 62 | www.zybach-holztechnik.ch



ERNST RIESEN AG
Schreinerei Innenausbau

Frutigenstrasse 55A Tel. 033 336 90 66
3604 Thun Fax 033 336 36 26
www.riesen-ag.ch stutz@riesen-ag.ch

- Möbel nach Mass
- Neu- und Umbauten
- Prompter Reparaturservice
- Innenausbau
- Holz- und Kunststoff-Fenster
- Haus- und Zimmertüren

galli Metallbau

Massenarbeit in Stahl und Metall
Galli Metallbau AG, Steffisburg, 033 439 01 10, info@gallimetallbau.ch, gallimetallbau.ch

HBR

ARCHITEKTEN

Krankenhausstrasse 24 | 3600 Thun
033 225 20 60 | www.hbrarchitekten.ch



H. MEYER

Zimmerei und Chaletbau AG

Entschwil 86, 3755 Horboden, Telefon 033 684 14 71
meyerzimmereiag@bluewin.ch, www.meyerzimmereiag.ch

- Zimmerarbeiten aller Art
- Umbauten und Renovationen
- Ökologisches Bauen, Beratung und Ausführung



Gurnigelweg 18 | 3612 Steffisburg | 033 437 63 76 | www.daehler-thun.ch

planen, gestalten, bauen und
pflegen in und mit der Natur

- Biologische Gartenpflege
- Gartenbau und naturnahe Lebensräume
- Bepflanzungen und Gartengestaltungen
- Gärten für das Leben (Geomantie)



Aeschlimann's Lebensgärten

Adrian Aeschlimann
Riggisbergstrasse 30
3155 Helgisried
079 815 20 38
info@lebensgaerten.ch
www.lebensgaerten.ch

Schuljahr 2022/2023/2024

Frühlingsferien:	Karfreitag 07. April 2023 bis	Sa 29. April 2023	DIN 15 - 17
Sommerferien:	Sa 01. Juli 2023 bis	Sa 12. August 2023	DIN 27 - 32
Herbstferien	Sa 23. September 2023 bis	Sa 14. Oktober 2023	DIN 39 -41
Weihnachtsferien:	Sa 23. Dezember 2023 bis	Sa 06. Januar 2024	DIN 52 - 01
Sportwoche:	Sa 17. Februar 2024 bis	Sa 24. Februar 2024	DIN 08
Frühlingsferien:	Karfreitag 29. März 2024 bis	Sa 20. April 2024	DIN 14 - 16
Sommerferien:	Sa 29. Juni 2024 bis	Sa 10. August 2024	DIN 27 - 32

Schulpflichtige Tage für alle Klassen:

- Sa 4. + So 5. November, Basar²³, ganztags

Schulfreie Tage für alle Klassen:

- Do 18. + 19. 05. 2023 Auffahrtsbrücke

- 29. 05. 2023 Pfingstmontag

Die freien und obligatorischen Schultage für das neue Schuljahr werden Anfg des neuen Schuljahrs festgelegt.

Stand 15.03.2023

Rudolf Steiner Schule Berner Oberland

info@steinerschulebo.ch | www.steinerschulebo.ch

Vereinigung, Vereinsvorstand

Vorsitz	076 388 13 14	Justine Gölz
Pädagogik	079 218 43 99	Valentin Wember
Personal	076 388 13 14	Justine Gölz
	078 824 31 79	Andreas Schneider
Verwaltung/Betrieb	079 656 77 87	Marcel Ruchti
	078 717 02 09	Roger Wenger
Kommunikation	079 503 24 70	Jasmine Stampfli
	079 364 50 38	Benjamin Kälin

Sekretariat Mo - Fr 7:30 - 12:15	033 438 07 17	Pascaline Rubin
Telefonzeiten: 7:30-8:30 11:30-12:15	oder nach Vereinbarung	

Lehrerzimmer	033 438 07 16	vor der Schule und in den Pausen
--------------	---------------	----------------------------------

Hauswart	079 790 84 08	Urban Schnidrig
----------	---------------	-----------------

Heileurythmie	079 949 75 74	Ernst Schwarzbach
---------------	---------------	-------------------

Tages-Kindergärten

Kindergarten Rosenhof

Astrastrasse 15, 3612 Steffisburg	079 824 48 72	Anuschka Stüdle (Hauptverantwortung)
	078 951 03 08	Sabina Meyer (Waldtag)

Nachmittagsbetreuung

Vom Kindergarten bis 4.Klasse	079 136 07 05	Andrea Juravle
-------------------------------	---------------	----------------

Spielgruppen/ Waldspielgruppen

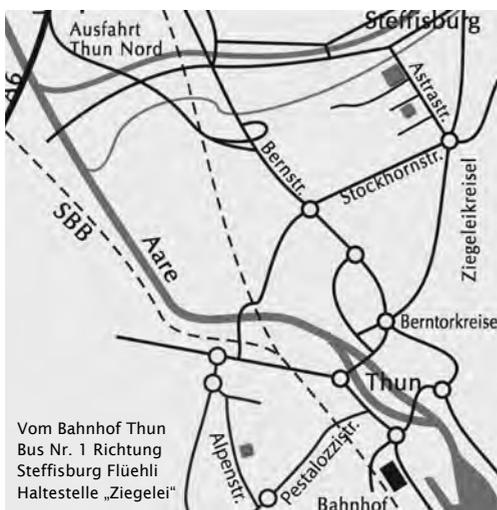
Asternweg 1, 3612 Steffisburg	079 375 74 29	Sarah Pfiffner (Leitung Vorschulbereich)
-------------------------------	---------------	--

Vereinigung

Rudolf Steiner Schule Berner Oberland

Postkonto 34-4839-5

IBAN CH59 0900 0000 3400 4839 5



SITUATIONSPLAN | KONTAKTINFORMATIONEN

RUDOLF STEINER SCHULE BERNER OBERLAND

Astrastrasse 15 | 3612 Steffisburg

Telefon 033 438 07 17 | Fax 033 438 07 18

www.steinerschulebo.ch | info@steinerschulebo.ch

TAGES-KINDERGÄRTEN/SPIELGRUPPEN

ROSENHOF Astrastrasse 15, 3612 Steffisburg

KINDERSTUBE A sternweg 1, 3612 Steffisburg

WALDSPIELGRUPPE

WURZELKINDER Brändlisberg, 3612 Steffisburg

Beitrittserklärung Vereinigung Anmeldung Abonnement Mitteilungen

Auszug aus den Statuten der Vereinigung Rudolf Steiner Schule Berner Oberland
(Download auf unserer Homepage: www.steinerschulebo.ch/organisation/)

Artikel 1 | Name und Sitz

Unter dem Namen «Vereinigung Rudolf Steiner Schule Berner Oberland» besteht ein Verein im Sinne von Art. 60 ff ZGB mit Sitz in Steffisburg.

Der Verein ist Träger der Privatschulbewilligung gemäss Schulgesetzgebung des Kanton Bern. Er verfolgt keinen Erwerbszweck und ist politisch und konfessionell neutral.

Artikel 2 | Zweck

Der Verein ist gemeinnützig und bezweckt, die ideellen, rechtlichen und wirtschaftlichen Grundlagen für eine private Bildungsstätte auf der Grundlage der Pädagogik und des Menschenbildes Rudolf Steiners zu erhalten und auszubauen.

**1'000 Steiner Schulen weltweit,
eine davon ist ganz in ihrer Nähe!**



Ich unterstütze die Rudolf Steiner Schule Berner Oberland mit einer Fördermitgliedschaft
Fördermitglied einzeln, inkl. Jahresabo Mitteilungen Fr. 50.- pro Jahr
Fördermitglied doppel, inkl. Jahresabo Mitteilungen
(2 Personen im gleichen Haushalt) Fr. 70.- pro Jahr

Ich interessiere mich für die Veranstaltungen und Schulmitteilungen. Jahresabo Fr. 20.-
Ich interessiere mich für die Veranstaltungen und Schulmitteilungen. Digital per Link.

Name Vorname

Name Vorname

Adresse

PLZ, Ort

Telefon

e-mail

Datum Unterschrift

Herzlichen Dank für Ihr Interesse und Ihre wertvolle Unterstützung!



WIRKEN AUF EINANDER



**RUDOLF STEINER SCHULE
BERNER OBERLAND**



Vereinigung
Rudolf Steiner Schule
Berner Oberland
Astrastrasse 15

3612 Steffisburg