



LeA-Ausbildung ab Mai 2013

AUCH IN ST.GALLEN

Liebe Leserin, lieber Leser,

Wir freuen uns, Sie darüber informieren zu können, dass ab Mai nächsten Jahres die 3-stufige Ausbildung zur dipl. Fachfrau / zum dipl. Fachmann für Alltagsgestaltung und Aktivierung LeA auch in der Ostschweiz angeboten wird.

Für Interessierte aus diesem Teil der Schweiz wird somit der Besuch unserer Schule noch attraktiver, da sich der Zeit- und Kostenaufwand für An- und Rückreise wesentlich verringert.

Wir haben in St. Gallen ein ideales Bildungshaus gefunden, wo nebst den Schulungsräumen auch preiswerte Verpflegungs- und Übernachtungsmöglichkeiten vorhanden sind. Zudem ist das Bildungszentrum St. Georgen mit dem Bus ab Hauptbahnhof in ca. 5 Minuten erreichbar. Im Detail stellen wir Ihnen diesen Ort auf der nächsten Seite vor.

Wir beabsichtigen, inskünftig jährlich eine Ausbildungsklasse in St. Gallen und drei Klassen in Thun zu führen.

Die wundersame Mehrung der LeA-Schule

Sie haben gerade gelesen, dass die LeA - aufgrund der stetig wachsenden Nachfrage - jährlich mit 4 Ausbildungsklassen à 17 Ausbildungsplätzen, also mit insgesamt 68 Lernenden starten kann. Aktuell sind 130 Lernende im bis 3 Jahre dauernden Ausbildungsprozess in den verschiedenen Ausbildungsstufen eingeschrieben.

Dieses mehr als erfreuliche Wachstum lässt uns fragen, woran es liegen mag, dass wir heute eine sehr erfolgreiche, führende und bewährte Ausbildungsinstitution für Alltagsgestaltung und Aktivierung in der Schweiz sind. Und dies ohne jegliche staatliche Unterstützung und **ohne** „offizielle Anerkennung“. Ich möchte auf den folgenden Seiten auf diese Frage Antworten suchen.

Weiterbildungsprogramm 2013

In der Beilage erhalten Sie unsere bunte, vielfältige und praxisorientierte Weiterbildungsbroschüre für das kommende Jahr. Sie enthält nebst den bewährten Kursen auch neue Angebote.

Wir bieten „Mehrwert“

- Entgegen dem allgemeinen Trend erfahren unsere Weiterbildungspreise **keine** Erhöhung gegenüber dem Vorjahr
- Durch eine schlanke Organisation können wir ein sehr gutes Preis-Leistungsverhältnis bieten
- Wir kommen in Ihre Nähe durch Angebote in verschiedenen Regionen
- Wir garantieren grosse Praxisnähe

Für Ihr Interesse und Ihre Aufmerksamkeit unserer Post gegenüber danken wir Ihnen und hoffen, dass Sie den einen oder anderen Impuls für Ihre tägliche Arbeit zum Wohle der alten Menschen erhalten.

Eine gute Zeit wünscht Ihnen im Name des ganzen LeA-Teams - H. J. Müller

Unsere Schule: ein Erfolgsmodell!

**Erfolgreich tun wir etwas gegen den
Fachkräftemangel in der
Altersbetreuung!**

Neuer Ausbildungsstandort der LeA-Schule in St. Gallen



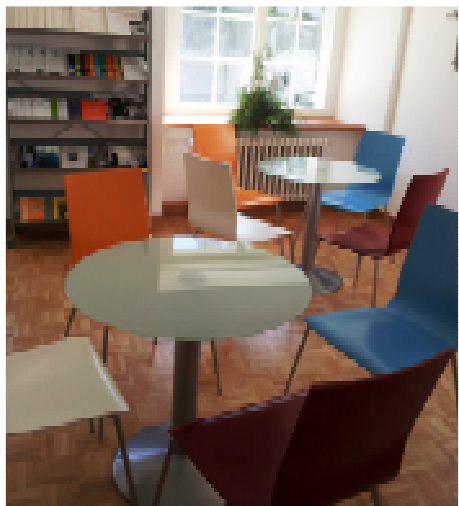
Den zukünftigen LeA-Lernenden aus der Ostschweiz, dem Graubünden, Lichtenstein usw. kommen wir entgegen. Die Anreise ins Berner Oberland ist ja schön! Doch der Zeitaufwand ist enorm. Seit Bestehen der LeA-Schule (14 Jahre) nahmen viele Lernende den langen Weg auf sich und reisten nach Thun. Das bewunderten wir ungemein.

Jetzt kommen wir zu Ihnen in Ihre Region!



Das Seminar & Bildungshaus St. Georgen befindet sich im ruhigen Stadtteil St. Georgen. Mit dem öffentlichen Verkehrsmitteln ist es sehr gut erreichbar. Ab Bahnhof St. Gallen fährt alle 8 Minuten ein Bus Richtung St. Georgen. Nach einer Fahrzeit von ca. 5 Minuten kommt man direkt vor dem Seminar an. Wer mit dem Auto anreist, hat einen Gratisparkplatz direkt beim Seminarhaus. Das Seminarhaus ist ein stattliches Gebäude. Der Brunnen, die Bäume und die Blumen vor dem Haus bieten ein freundliches Ambiente. Öffnet man die schöne, grosse Holztüre, steht man in einem breiten, hellen Flur.

Als erstes sieht der Besucher die moderne einladende Kaffeebar. Hier lässt es sich gut ankommen.



Das Haus strahlt viel Ruhe und Geborgenheit aus. Die Schulungsräume, die einfachen und gemütlichen Schlafzimmer, der Essraum - alles ist im gleichen Gebäude. ‚Das Schulungshaus der kurzen Wege‘.

Dafür bleibt Zeit für Spaziergänge rund um das Bildungshaus und in der näheren und weiteren Umgebung. Der Ortsteil St. Georgen hat Restaurants, Einkaufsmöglichkeiten und Kaffees.

Im Allgemeinen wird gemeinsam im Haus gegessen. Das Essen wird dort frisch für die Klasse zubereitet.



Ein Verdauungs-Spaziergang zu den 3 Weihern ist ebenfalls ein lohnendes Ziel und hilft, den Kopf für den Nachmittag auszulüften.



Ein Bummel durch die schöne St. Galler-Innenstadt, zusammen mit den Ausbildungskolleginnen, wäre ein Ziel für den Abend.

Ja, der Abend!

Wer nicht gleich um die Ecke wohnt, kann im Haus St. Georgen ein gemütliches Zimmer reservieren. Übernachtung mit Frühstück Fr. 50.-. Hier zu schlafen ist aus verschiedenen Gründen lohnenswert. Sie können sich mit Gleichgesinnten austauschen, Sie müssen nicht durch den nervösen Feierabendverkehr und am Morgen wird Ihnen das Frühstück serviert. So sind Sie entspannt und bereit für den Unterricht.

Informationsveranstaltung für Interessierte nun auch in St. Gallen

1. Info mit Apéro

**Am 8. November 2012 um 16.00 h
Im Seminar & Bildungshaus St.
Georgen,
St. Georgenstrasse 91a
9011 St. Gallen**

Anmeldungen an: info@leaschule.ch
oder Tel. 033 733 43 43

Abschied und Begrüssung

Abschied Béatrice Burgener



Eine langjährige Lehrkraft verabschiedet sich:

Liebe Nelly, lieber Hans Jakob, geschätzte LeAner und LeAnerinnen

Während rund zwölf Jahren durfte ich in der LeA-Schule das Fach „Einzelaktivierung,“ unterrichten. Diese Zeit war für mich eine Herausforderung, welche mich in vieler Hinsicht unterstützt hat, zu wachsen und immer wieder neu dazu zu lernen. Mit viel Freude, Interesse und Überzeugung, mich für das Richtige zu engagieren, durfte ich den Tag zu diesem Thema mit den Auszubildenden verbringen.

An dieser Stelle möchte ich mich für die wertvollen Begegnungen, für euer Mittragen an diesen Tagen und für die Bereitschaft, eure Erfahrung mit mir zu teilen, ganz herzlich bedanken.

Für das grosse Vertrauen, welches ich von der Schulleitung geniessen durfte, bedanke ich mich von ganzem Herzen.

Als ehemalige LeA-Schülerin, damals noch Be-Fa mit Sitz in Küsnacht und danach im Appenberg, durfte ich miterleben, wie die Schule gewachsen ist, sich mit den Angeboten immer wieder neu, zeitgemäss orientiert und trotzdem den „Geist“ nicht verloren hat. Schon als Schülerin durfte ich erleben, dass die Schulleitung, wenn immer möglich, das Herz über den Kopf gestellt hat und so erlebe ich es bis heute. Dies, so meine ich, hat in einer Zeit wo den Bedürfnissen des Menschen immer weniger Beachtung geschenkt wird, ein grosses Lob verdient. Der Erfolg spricht für sich...

Liebe Nelly, lieber Hans Jakob, die Zeit mit euch, mit LeA wird mir in unvergesslicher Erinnerung bleiben. Euch immer wieder als Menschen begegnen zu dürfen war/ist ein Geschenk auf meinem Weg, das ich nicht missen möchte. Ganz herzlichen Dank!

Auf Wiedersehen, Béatrice

Liebe Béatrice

Vorweg ganz herzlichen Dank für den Hosenträger-Bericht zu deinem Austritt als Lehrkraft. Er hat uns berührt und wir freuen uns über dein tolles Feedback.

Genauso hast aber auch du ein dickes Lob und einen grossen Dank verdient. Im Namen der ganzen LeA-Familie möchte ich dir für deine engagierte und kompetente Arbeit als Fachlehrerin für „Einzelaktivierung“ und für deine langjährige Treue ganz herzlich danken. Es ist dir immer wieder gelungen den Lernenden das Herz für die „Schwachen“, die „Vergessenen“ und die „Besonderen“ zu öffnen und die Notwendigkeit der Einzelaktivierung aufzuzeigen. Du hast damit einen wichtigen Beitrag zum erfolgreichen Ausbildungskonzept und zum erstaunlichen Erfolg der LeA-Schule geleistet – und das Wichtigste:

Der Heimaufenthalt von manchem betagten Menschen dürfte durch dich an Qualität gewonnen haben.

Für die Schulleitung:

H.J. Müller

Abschied Susanne Flury



Anfangs Mai musste Susanne Flury als Fachlehrerin für „Malen“ und Lehrerin in der Grundausbildung ihre Arbeit aus gesundheitlichen Gründen bei uns aufgeben.

Wir danken dir Susanne herzlich für deine kompetente, fundierte und umsichtige Arbeit an unserer Schule und bedauern deinen Austritt sehr.

Wir wünschen Dir von Herzen gute Genesung.

Das LeA-Team

Neue Mitarbeiter

Administration



Julien Graf, Mediamatiker
in Ausbildung / 3. Lehrjahr
ergänzt unser Sekretariats-Team

Lehrkraft



Margrit Trachsel,
dipl. LeA-Fachfrau für A+A,
übernimmt neu die Themen
„Soziale + musische Aktivitäten in der Gruppe“ und „Einzelaktivierung“ als Ergänzung zur Kursleiterin Marlies Müller

LeA und die Anerkennungsfrage

Seit 14 Jahren begleitet die LeA-Schule Lernende auf dem Weg zu mehr Eigenständigkeit, Eigenverantwortung und Lebensfreude.

Auch wenn's nicht immer einfach ist, langfristig lohnt es sich, sich selbst treu zu bleiben, den eigenen Weg zu finden und zu gehen.

Was hindert uns daran, in Beruf und Privatleben, als LeA-Schule, mutig unsere Ziele zu verfolgen?

Als eigenständige Ausbildungsinstitution haben wir stets versucht, uns treu zu bleiben, den Menschen und die Menschlichkeit vor alles andere zu stellen - und es hat sich gelohnt, den eigenen Weg zu gehen, unsere Ziele zu verfolgen.

Seit 14 Jahren begleitet die LeA-Schule Lernende auf dem Weg zu mehr Eigenständigkeit, Eigenverantwortung und Lebensfreude.

Alltagsgestaltung orientiert sich an der Gewohnheit, d.h. am Gewohnten, Gewöhnlichen; an Dingen an die sich alte Menschen zeit ihres Lebens gewöhnt haben; an dem was im Menschen inne-wohnt.

Über 500 AbsolventInnen in 14 Jahren beweisen die Arbeitsmarktfähigkeit unserer Schule.

Dies tun wir, indem wir bestrebt sind, folgende pädagogische Prinzipien und Ziele hoch zu halten:

- Lernen und Tun gehen Hand in Hand = Berufsbegleitende Ausbildung, welche auch mit einem Arbeitspensum von 20% resp. 40% absolviert werden kann. Familie und LeA-Ausbildung können so unter einen Hut gebracht werden.
- Wir richten den Fokus bei den Lernenden auf die Entwicklung der individuellen Stärken, auf das Begabungsprofil und nicht auf die Defizite (unsere Haltung: Jeder Mensch hat seine individuellen Qualitäten und Ressourcen).
- Wir verstehen Schule als Ort der Ermutigung. Ermutigung gelingt, wenn Noten- und Leistungsdruck wegfallen, und Begeisterung und Freude für „Etwas“ geweckt wird. Damit leben wir in der LeA-Schule beispielhaft vor, was für die Arbeit mit alten Menschen im Heim gilt. Auch dort geht es immer wieder um Ermutigung.
- Grundlage für erfolgreiches Lernen ist das „In Beziehung treten können“ zu den Lehrkräften. Dies setzt voraus, dass die Lehrkräfte nicht als Dozierende auftreten, sondern als PartnerInnen in der Ausbildungszeit und als BegleiterInnen auch durch schwierige Phasen. *Klassenlehrerprinzip!*
- Persönliche Reifung und Entwicklung stehen gleichwertig neben der fachlichen Ausbildung.
- Praxisnahe Ausbildung: Das Können steht im Zentrum und nicht das Wissen. Praxis vor Theorie. Projekte im konkreten Arbeitsalltag belegen den Lernfortschritt.
- Die von uns Ausgebildeten sollen „Normalität“ statt therapeutische Akrobatik in den Heimalltag tragen. Sie orientieren sich an der Gewohnheit, d.h. am Gewohnten, am Gewöhnlichen; an Dingen an die sich der alte Mensch Zeit seines Lebens gewöhnt hat - an dem, was dem Menschen inne-wohnt.
- Unsere Schule sollen keine „perfekten“ Berufsleute verlassen - nach dem LeA-Schul-Motto: „Wer perfekt ist, ist defekt!“
- Wir fördern flexible Generalistinnen und Generalisten, die in den unterschiedlichsten Alters- und Behinderteninstitutionen einsetzbar sind.

Von der Wohlfühlschule ins Wohlfühlheim

**Wann ist ein Heim gut geführt?
Wann ist eine Schule gut geführt?**

Wenn sich die Menschen darin wohlfühlen. In einer Atmosphäre gegenseitiger Wertschätzung, dort wo sich Menschen auf Augenhöhe begegnen, dort wo man sich verstanden und ernst genommen fühlt, dort fühlt man sich wohl.

Viele der Lernenden an unserer Schule erfahren, dass Freude und Spass bessere Lehrmeister sind als Zwang und Leistungsdruck. Diese ganz persönliche Erfahrung prägt ihre Haltung gegenüber den ihnen anvertrauten Heimbewohnern,

und lässt sie verstehen, was gemeint ist mit dem Leitsatz: **Herz über Kopf!**

Prominente Unterstützung bekommt unser Bildungsverständnis vom Berner Erziehungsdirektor Bernhard Pulver:

COURAGE



Der Berner Erziehungsdirektor Bernhard Pulver (Grüne) exponiert sich mit einer provokativen Aussage. Im Interview mit der «NZZ am Sonntag» sagt er:

«Wohlfühlschulen sind etwas Gutes. Wer das kritisiert, hat etwas Grundsätzliches nicht verstanden.» Dass Spass und Freude bessere Lehrer sind als Stress und Zwang, ist eine fachlich unbestrittene Position; leider wird sie immer seltener so deutlich vertreten. Denn der Zeitgeist geht in die andere Richtung. Konservative Kreise glauben, schlechten Pisa-Noten sei am besten mit Drill und Strafen zu begegnen. Sie fordern «Leistungs- statt Wohlfühlschulen» - als ob dies ein Gegensatz wäre.

(gelesen im Beobachter Nr. 18 / 2012).

Nun zu der Frage nach den Bemühungen um die staatliche Anerkennung

Nachdem wir unsere Werte und Ziele formuliert haben, stellt sich die Frage:

Wieviel von unseren Überzeugungen und unserem Ausbildungskonzept müssen wir aufgeben, um den gesetzlichen Grundlagen staatlich anerkannter Schulen zu entsprechen?

Unsere Abklärungen haben gezeigt, dass wir nach der heutigen Berufsbildungs- und Weiterbildungsgesetzgebung zu viele Konzessionen machen müssten. Die LeA-Schule würde also ein anderes Gesicht bekommen.

Aufgrund dieser Tatsachen haben wir uns entschlossen, vorerst auf einen ca. 4 Jahre dauernden Anerkennungsprozess zu verzichten.

Dieser würde nebst dem zeitlichen Aufwand auch hohe Kosten mit sich bringen.

Zurzeit ist in der Bildungslandschaft vieles im Fluss. So steht beispielsweise eine Revision der Weiterbildungsgesetzgebung an. Warten wir also ab, was die Zukunft bringt.

Wir bleiben unabhängig und können auf sich verändernde Bedürfnisse in der Heimlandschaft flexibel und kurzfristig reagieren.

Das LeA-Schul-Diplom wird in der Praxis je länger je mehr bekannt und anerkannt. Wir sind überdies seit bald 15 Jahren ein zuverlässiger Bildungspartner.

Dies im Gegensatz zur übrigen Bildungslandschaft im Gesundheitswesen. Vor 15 oder 20 Jahren erlernte Berufe und deren Bezeichnungen existieren heute nicht mehr. Ständig sind Bildungstechnokraten daran, Berufe zu vereinheitlichen, zu verändern und zu akademisieren (tertiäre Ausbildungen). Der Fachkräftemangel steigt und steigt trotzdem - oder gerade deswegen.



Gepfefferte Gedanken

Rummel um Demenzkranke

Zu „Therapeutische Akrobatik“
aus Zeitschrift Altenpflege 12/2011

Vielen Dank für Ihren Artikel „Therapeutische Akrobatik“! Vermutlich ist ja gerade der therapeutische Anspruch der Haken an diesem ganzen Rummel um die Demenzkranken: Wir begnügen uns nicht damit, ihnen ansprechende Wohnbereiche und die Voraussetzungen für einen befriedigenden Alltag zu schaffen, sondern wir wollen sie therapieren.

Mit welchem Recht eigentlich? Und auf Grund welcher Diagnose, welchen Leidendrucks? Mit welchem kurativen Ziel? Was stülpen wir einem Menschen über, den wir nach zig Jahren Arbeit (auch als Rentner hatte er ja immerhin noch seinen Haushalt) jetzt plötzlich nach diesem oder jenem Konzept „bespassen“, nur weil in unserem Heim jemand das entsprechende Zertifikat erworben hat?

Ich setze meine Hoffnung in die guten Geister, die sich nur am Rande für spezielle Konzepte interessieren, und in die Normalität, die sie in die Heime hinein tragen können. Das sind natürlich die AlltagsbegleiterInnen nach Paragraph 87 SGB XI, aber auch vielerlei ehrenamtliche Helfer und schliesslich die Angehörigen, die ihr Herz für die neuen Nachbarn ihrer alten Verwandten entdecken.

So, wie ich heute (mit 56 Jahren) gestrickt bin, sage ich meinen erwachsenen Kindern immer wieder:

Kommt bloss nicht auf die Idee, mich eines Tages in eurer Wohnung beaufsichtigen zu wollen. Wenn ich nicht mehr klarkomme, will ich ins Heim, weil ich unter Menschen sein will, weil ich mich auch mal verkümmeln (verkriechen) will, weil ich Platz brauche und weil ich nicht von Einzelnen abhängig sein will.

Und dann hoffe ich, in meinem Nicht-Pflege-sondern-Altenheim von Mitmenschen in gewöhnlicher Alltagskleidung umgeben zu sein und irgendwie zu spüren, an wen ich mich wenden kann, wenn ich nicht mehr durchblicke. Ich hoffe, dass ich den ganzen Tag die

Spülmaschine ein- und ausräumen, bügeln, Akten sortieren, spazieren gehen, Musik hören, quasseln, im Sand buddeln, mich über Knitteltverse schlapp lachen kann, Sachen durch die Gegend schleppen, Schränke umräumen, Möbel verschieben, laut singen und mindestens jeden Sonntag Gottesdienst feiern darf, ohne dass jemand meint, meinen Sortier-Tick therapieren oder mich in Sachen Memory und Textilmalen unterrichten zu müssen. (*Gerontopsychiatrie*).

Und ich hoffe, dass die Pflegerin, die sich mehrmals täglich mit meinem schrumpeligen Körper beschäftigt, nicht traurig ist, wenn ich ihre sicherlich notwendigen Massnahmen irgendwie verständnislos oder gar abwehrend über mich ergehen lasse. Wenn ich aber diese Massnahmen geniessen sollte, dann hoffe ich, dass wir beide - die Pflegerin und ich - diese gemeinsamen Minuten geniessen. Einfach so. Vielleicht jedes Mal, vielleicht auch nur hin und wieder. Wie das eben unter Menschen so ist....

Gisela Steudter, Lehrerin an den BBS Soltau (BFS Altenpflege und Pflegeassistenz), ehem. Aerztin

«Wir verraten durch ständige Anpassung unsere Werte und Ziele»

Was hindert uns daran, in Beruf und Privatleben mutiger unsere Ziele zu verfolgen? «Wir neigen zu Egoismus oder Selbstmitleid, haben aber das Mitgefühl mit uns selber verlernt», sagt der Psychotherapeut und Buchautor* Uwe Böschmeyer. Seit 30 Jahren begleitet er Klienten auf dem Weg zu mehr Freiheit, Standhaftigkeit und Lebensfreude. Sein eigener Weg war alles andere als einfach.

Auszug aus einem Interview im Thuner Tagblatt vom 12. Mai. 2012



Uwe Böschmeyer:
«Wir haben verlernt, gross zu denken.»

*** Das Buch:**

Uwe Böschmeyer: Machen Sie sich bitte frei. Entdecken Sie Ihre Furchtlosigkeit. Ecowin, Salzburg 2012.

Herr Böschmeyer, Sie haben als Schüler und Student so stark gestottert, dass Sie kaum sprechen konnten. Heute referieren Sie vor grossem Publikum darüber, wie man freier und mutiger leben kann. Wie haben Sie Ihre Sprachblockade überwunden?

UWE BÖSCHEMEYER: Zwei Dinge waren entscheidend: Erstens habe ich mich ausführlich mit meinen ersten Lebensjahren auseinandergesetzt, um zu verstehen, was mich hat verstummen lassen im fünfnten Lebensjahr. Man muss die Unfreiheit begreifen und bewusst auf Distanz gehen zu ihr, um frei werden zu können. Zweitens habe ich durch Imaginationsarbeit Teile von mir kennen gelernt, die ich nicht gelebt hatte. Ich fühlte, dass meine Identität viele verborgene Aspekte hatte, dass ich viel mehr sein konnte als dieser einsame, in sich gekehrte Schweiger. Ich habe mir vorgestellt, wie es sein wird, wenn ich dereinst vor vielen Menschen darüber spreche, wie sich der Mensch frei entfalten kann. Diese inneren Bilder waren wie Magnete für mich. Ihre Anziehungskraft war so gross, dass die Veränderung in Gang kam.

Wie sollen wir wissen, was das Richtige ist?

Dafür braucht es wieder vermehrt etwas jenseits von Egoismus oder Selbstmitleid, nämlich Mitgefühl mit sich selber. Wer sich selbst ein Freund ist und darüber hinaus fähig, auf Distanz zu gehen zu seiner aktuellen realen Existenz, der spürt leichter, was ihm fehlt und was ihm gut täte. Wir sollten endlich begreifen, dass es kein Luxus ist, sondern eine Notwendigkeit, sich regelmässig die Frage zu stellen: Wer bin ich und was gehört zu mir? Wer diese existenzielle Frage immer wieder für sich beantwortet, kommt sich selber näher. Dadurch gewinnt er an Standhaftigkeit und Energie. Ich habe so viele Menschen gesehen, die – teilweise von Angst getrieben – über sich selber marschieren sind, die müde und abgekämpft waren vom Gewicht der Masken, die sie trugen. Mangels Freundschaft mit uns selber gehen wir oft den bequemen Weg und verraten durch die ständige Anpassung unsere Werte und Ziele.

Sitztanzen

Einblick in die Projektarbeit zum Diplomabschluss von Christine Werlen, Alters- und Pflegeheim St. Theodul, in Fiesch

Christine Werlen und ihr Abschlusssthema könnte man unter den Titel stellen:

„Liebe nach dem ersten Tanz“

Sie arbeitet als Aktivierungsfachfrau in einem Heim, das den Gedanken der Alltagsgestaltung und Aktivierung sehr ernst nimmt. Dort sind vier Aktivierungsfachpersonen, die sich unterstützen und ergänzen. So gibt es bereits verschiedene Angebote und Christine Werlen hatte das Glück oder die Schwierigkeit, sich selber ein neues Angebot auszusuchen. Da kam der Ausbildungstag Sitztanzen mit Romana Catti gerade recht. Christine Werlen beschreibt diesen Moment so: „Sitztanzen faszinierte mich vom ersten

Augenblick an, so dass ich gleich noch die Weiterbildung „Sitztanzen mit Romana“ besuchte. Für mich war klar, ich werde den Sitztanzen im Heim anbieten.“

„Wo die Sprache aufhört, fängt die Musik an.“

E.T.A. Hoffmann

Dieses Zitat steht auf der ersten Seite der Abschlussarbeit. Die Ziele, die sie sich setzt, sind differenziert und gut ü-



berlegt.

Die Überschriften zu den Zielen tönen so ermutigend, dass man das Angebot fast als obligatorisch erklären sollte:

- Den Körper aktivieren
- Das Gedächtnis trainieren
- Freude erfahren
- Das Selbstbewusstsein stärken
- Das Gemeinschaftsgefühl fördern
- Die Erinnerungen beleben
- Abwechslung einbringen

Der Aktivierungsgedanke ist in jedem dieser Punkte enthalten und beschrieben. Nicht die Leistung zählt, sondern die Freude am gemeinsamen Erleben, die Ablenkung und der Spass sind Leitfa-

den. Diese Freude strahlt auch die schriftliche Arbeit aus. Die Vorbereitungen für den Aufbau der neuen Gruppe sind geprägt von der Vorfreude auf den ersten Tanz mit den Bewohnern.

Das Interesse der Bewohnerinnen und Bewohner am neuen Angebot ist gross. Früher war das Tanzen ein Vergnügen, das man gerne ausübte.

Der Ablauf der Sitztanzstunde verläuft nach immer gleichem Muster. Einstieg, Hauptteil und Schlussteil.

Christine Werlen beschreibt den Einstieg folgendermassen: "Bis alle Teilnehmer im Aktivierungsraum eingetroffen sind, vergehen einige Minuten. Während dieser Zeit wird das Eingangslied von den schon Anwesenden getanzt. Wenn alle da sind, gibt es eine kurze Begrüssung und das Eingangsstück wird von allen getanzt." Welch schöner Beginn!

Die Beschreibung der einzelnen geübten Tänze zeigt, wie vielfältig der Sitztanz ist. Der Walzer bringt Schwung und hebt die Stimmung. Beim Schneewalzer fliegen

die Schneeballen (Styroporkugeln) und die Erinnerungen an Schneeballschlachten kommen auf. Beim Sportpalastwalzer wird mit Fahnen geschwungen und zum Lied „Tulpen aus Amsterdam“ braucht es natürlich Tulpen. Ob mit oder ohne stimmigem Werkzeug: Mit der Vorstellung, was die Musik aussagen will, gelingen die passenden Bewegungen viel besser.

So variiert Frau Werlen die Tanzstunden mit lüpfiger Musik, sinnlicher langsamer Musik oder sogar mit ganz besinnlichen Stücken.

Wie sehr sich tanzfreudige TeilnehmerInnen am neuen Angebot erfreuen, zeigen die Reaktionen. Es gibt Heimbewohner, die keine Tanzstunde auslassen. Die sogar ihren Besuch stehen lassen, weil die Gruppe beginnt und sie nicht fehlen wollen!

Wir bedanken uns bei Frau Christine Werlen und den Sitztanzteilnehmerinnen für die Erlaubnis, den Text und die Fotos zu veröffentlichen.



Zusammenfassung: Nelly Christen, LeA-Schule



Sitz und Tanz mit Sitztanz mit Musik und Tanz - Schwung in den Alltag bringen

Frau Romana Catti möchte an diesem Tag die Kursteilnehmenden sensibilisieren, mit Musik und einfachen Hilfsmitteln das Bewegungsrepertoire der betreuten Menschen optimal zum Tanzen zu bringen. Ein gut ausgewählter Walzer oder Marsch, ein sinnlicher Tango oder ein altbekanntes Volkslied bringen Füsse und Arme in Bewegung.

Nächster Kurstag: 14. März 2013 in Zofingen

Vertiefungstag Sitztanz

5. September 2013 in Thun

Dieser Kurs ist **neu** und richtet sich an all jene Personen, welche den Grundkurs besucht haben und nun ihre Kenntnisse vertiefen wollen. Im Programm sind neue Tänze, neue Ideen und Erfahrungsaustausch.

Siehe Weiterbildungsbroschüre unter „Vertiefungstage“ oder auf www.leaschule.ch

Eine Zeitgeschichte

Als Gott die Welt geschaffen hatte und allen Kreaturen ihre Lebenszeit bestimmen wollte, kam der Esel und fragte: „Herr, wie lange soll ich leben?“ „Dreissig Jahre“, antwortete Gott, „ist dir das recht?“ „Ach, Herr“, erwiderte der Esel, „das ist eine lange Zeit. Bedenke mein mühseliges Dasein: vom Morgen bis in die Nacht schwere Lasten tragen, Kornsäcke in die Mühle schleppen, damit andere das Brot essen, mit nichts als mit Schlägen und Fusstritten ermuntert und aufgefrischt zu werden! Erlass mir einen Teil der langen Zeit!“ Da erbarmte sich Gott und schenkte ihm achtzehn Jahre.



Der Esel ging getröstet weg, und der Hund erschien.

„Wie lange willst du leben?“, sprach Gott zu ihm, „dem Esel sind dreissig Jahre zu viel, du aber wirst damit zufrieden sein.“ „Herr“, antwortete der Hund, „das ist dein Wille? Bedenke, was ich laufen muss, das halten meine Füße so lange nicht aus; und habe ich erst die Stimme zum Bellen verloren und die Zähne zum Beissen, was bleibt mir übrig, als aus einer Ecke in die andere zu laufen und zu knurren?“ Gott sah, dass er Recht hatte, und erliess ihm zwölf Jahre.

Darauf kam der Affe. „Du willst wohl gerne dreissig Jahre leben?“, sprach der Herr zu ihm. „Du brauchst nicht zu arbeiten wie der Esel und der Hund und bist immer guter Dinge.“ „Ach Herr“, antwortete er, „das sieht so aus, ist aber anders ... Ich soll immer lustige Streiche machen, Gesichter schneiden, damit die Leute lachen, und wenn sie mir einen Apfel reichen, und ich beisse hinein, so ist er sauer. Wie oft steckt die Traurigkeit hinter dem Spass! Dreissig Jahre halte ich das nicht aus.“ Gott war gnädig und schenkte ihm zehn Jahre.

Endlich erschien der Mensch, war freudig, gesund und frisch und bat Gott, ihm seine Zeit zu bestimmen. „Dreissig Jahre sollst du leben“, sprach der Herr, „ist dir das genug?“ „Welch eine kurze Zeit!“, rief der Mensch. „Wenn ich mein Haus gebaut habe und das Feuer auf meinem eigenen Herde brennt; wenn ich Bäume gepflanzt habe, die blühen und Früchte tragen, und ich meines Lebens froh zu werden gedenke, so soll ich sterben! O Herr, verlängere meine Zeit!“ „Ich will dir die achtzehn Jahre des Esels zulegen“, sagte Gott. „Das ist nicht genug“, erwiderte der Mensch. „Du sollst auch die zwölf Jahre des Hundes haben.“ „Immer noch zu wenig.“ „Wohlan“, sagte Gott, „ich will dir noch die zehn Jahre des Affen geben, aber mehr erhältst du nicht.“ Der Mensch ging fort, war aber nicht zufrieden gestellt.

Also lebt der Mensch siebenzig Jahr. Die ersten dreissig sind seine menschlichen Jahre, die gehen schnell dahin; da ist er gesund, heiter, arbeitet mit Lust und freut sich seines Daseins. Hierauf folgen die achtzehn Jahre des Esels, da wird ihm eine Last nach der andern auferlegt ... Dann kommen die zwölf Jahre des Hundes, da liegt er in den Ecken, knurrt und hat keine Zähne mehr zum Beissen. Und wenn diese Zeit vorüber ist, so machen die zehn Jahre des Affen den Beschluss. Da ist der Mensch ... närrisch, treibt alberne Dinge ...

(Gebrüder Grimm)

Die Bedeutsamkeit von Zeit

Ein neues Weiterbildungsangebot, das uns aufzeigt, wie unterschiedlich wir die Zeit wahrnehmen und mit ihr umgehen

„Nehmen Sie sich einen Tag Zeit, um sich mit Ihrer Zeit und Ihrem Rhythmus zu befassen,“

Wo alte Menschen und ihre Betreuenden beisammen sind, kommen zwei grundverschiedene Haltungen zur eigenen inneren Zeit zusammen. Die Alten: unendlich Zeit! - die Tätigen: keine Zeit! Ein grosses Spannungsfeld, oder doch nicht?

Alle wollen etwas von mir - im Heim und zu Hause, der ständige Zeitdruck, ich schaff das nicht mehr, diese ewige Hetze! Und die alten Menschen haben auch keine Geduld, können nicht warten. Ihr Tempo, mein Tempo - das sind doch Welten, kann das überhaupt gut gehen?

Kennen wir unseren Rhythmus? Ist die Zeit noch von uns bestimmt? Können wir



**Rainer Pervöltz, Kursleiter
Therapeut, Supervisor und Lehrer**

Das Referat von R. Pervöltz, welches er an unserer Fachtagung 2011 gehalten hat, finden Sie auf unserer Webseite www.leaschule.ch (unter: Fachtagung Referate)

noch Innehalten, den eigenen Rhythmus und den der Andern spüren? Wenn eine demente Frau ganz aufgeregt fragt: "wohin rennen die denn alle?" ist es höchste Zeit innezuhalten.

Kurstage

**24. April 2013 Thun
16. Oktober 2013 Zofingen**

Siehe Weiterbildungsbrochure unter „Die eigene Persönlichkeit stärken“ oder auf www.leaschule.ch

LeA-Uhr

Hurra, die LeA-Uhr ist da! Wir haben eine sportliche Uhr in rassigen Farben für aufgestellte LeA-Fachfrauen und -Männer!

Ein „Zeitmesser,“ der gute Laune macht.

Wir müssen die Zeit als Werkzeug benutzen, nicht als Chef!
John F. Kennedy

LeA-Uhr

Fr. 70.- incl. 2. Lederband
orange oder grün

Gehäusedurchmesser 42 mm
Zifferblattdurchmesser 30 mm

Bestelltalon: beiliegend oder Mail an
info@leaschule.ch



Start und Abschluss an unserer Schule

Die Klasse 1/30 hat im Mai 2012 begonnen



Sandra Bianculli, Alters- und Krankenhaus Abendfrieden, Kreuzlingen; **Rita Brügger-Aebischer**, Alters- und Pflegeheim St. Martin, Tafers; **Regina Caminada-Schütz**, Casa da tgira Sursassiala, Disentis/Mustér; **Dily Ebnöther**, Alterszentrum Bärenmatt, Bremgarten AG; **Barbara Frei**, Wohn- und Pflegeheim Humana, Weinfelden; **Muna Graf**, Villa Sutter, Nidau; **Ruth Gygax**, Schlossgut Schadau, Thun; **Astrid Koller**, Betreutes Wohnen Gartenhof PLUS, Steinach; **Andrea Korner**, Alterszentrum Zug, Zug; **Adrian Kunz**, Alterszentrum Wiesendamm, Basel; **Susanne Lemmenmeier**, Altersheim Büel, Stein AR; **Christina Liechti**, Tertianum Neutal, Berlingen; **Elisabeth Mathys**, Dahlia Oberaargau AG, Herzogenbuchsee; **Heidi Meyer**, Dahlia Lenggen, Langnau i. E.; **Claudia Pürro**, Alters- und Pflegeheim St. Martin, Tafers; **Renate Schmitter**, Residenz Am Schärme, Sarnen; **Esther Schwaller**, Solothurnisches Zentrum Oberwald, Zuchwil; **Rita Wahl**, Betagtenheim Schöneegg, Hünibach

Das 6. Führungsseminar hat im August 2012 begonnen



Nächster Start

Führungsseminar am
13./14. Juni 2013

Barbara Abächerli-Lehner, Wohnheim Nägeligasse, Stans; **Ursula Arnold**, Zentrum Aettenbühl, Sins; **Béatrice Burgener**, Seniorenzentrum Solino, Bütschwil; **Jolanda Caluori-Mittner**, Regionales Pflegeheim Sarganserland, Mels; **Esther Gfeller**, Alters- und Pflegeheim Rägeboge, Sigriswil; **Corina Hollmichel**, Felsenheim Lebensart im Alter, Sachseln; **Ingrid Isenschmid**, Madle Alters- und Pflegeheim, Pratteln; **Gabriela Jakob**, Seniorenzentrum Aumatt, Reinach; **Verena Maritz**, Weiermatt - Wohnen im Alter, Münchenbuchsee; **Anita Meyer**, Haus St. Mamertus, Triesen; **Heidi Pauli**, Dahlia Oberaargau AG, Herzogenbuchsee; **Anita Reichenstein**, Seniorenzentrum Aumatt, Reinach; **Corinne Reinmann**, Magnolienpark, Solothurn; **Claudia Schulthess - Häfliger**, Casavita Hasenbrunnen, Basel

Projektarbeiten zum Diplomabschluss

Zur Erlangung des LeA-Diploms „Fachfrau / Fachmann für Alltagsgestaltung und Aktivierung“ erhalten die Lernenden die Aufgabe, eine selbst gewählte Idee eines neuen Aktivierungsangebotes in die Praxis umzusetzen. Die schriftlich abzugebende Arbeit muss die Umsetzung in 4 Schritten beschreiben: Themenwahl und Ziele, Planung, Durchführung und Auswertung. Die Klassen 23 und 24 haben folgende Ideen in konkrete Projekte umgesetzt.

Klasse 23, Mai 2012

- **Hochbeet**
Ursula Arnold, Zentrum Aettenbühl, Sins
- **Bewegungs- / Begegnungsgang**
Sonia Ben Romdhane, Alters- und Gesundheitszentrum, Dietikon
- **Heimbewohner spielen mit Kindern aus der Spielgruppe**
Yvonne Blickle, Pflegeheim Wolfacker, Düringen
- **Handschrift**
Katrin Christen-Glauser, Med. Pflegeheim des Seebezirks, Murten
- **Der Kreislauf des Lebens**
Brigitte Lauber-Bilgischer, Alters- und Pflegeheim Ringacker, Leuk Stadt
- **Aufbau der Aktivierung**
Heidi Lussmann-Ottiger, Urner Altersheim, Flüelen
- **Die Begegnungswand**
Doris Ménétreay, Alterszentrum Viktoria, Bern
- **Spiel und Spass – Las Vegas**
Anna Naef-Schuler, Stiftung Siloah, Gümligen



- **Kochaktivierung**
Simone Ramseier, Alterswohnheim Pfäffikon, Pfäffikon ZH
- **Die tanzenden Käfer**
Béatrice Schlup, Stiftung Bubenberg, Spiez
- **Türen öffnen**
Jmelda Seematter, Alters- und Pflegeheim St. Nikolaus VS
- **Sitztanz**
Christine Werlen, Haus St. Theodul, Fiesch
- **Farben und Formen**
Van My Wyss, Alterszentrum Scheidegg, Herzogenbuchsee

Klasse 24, September 2012

- **Die Linsengucker**
Susann Beer, Wohn- und Pflegeheim Waldhof, Dotzigen
- **Fit mit Rolli**
Verena Frez, Magda - Altersheim für den Amtsbezirk Thun, Hilterfingen
- **Gmütlichkeit, Jutze, Grilliere und Spyle**.Erika Galeazzi, Chalet Eibisch - Leben im Alter, Amsoldingen
- **Was nicht zur Tat wird, hat keinen Wert**
Annina Giovanoli, Alters- und Pflegeheim Casa Falveng, Domat/Ems
- **Schoggi-Job oder Knochenarbeit**
Trudi Häsler, Alters- und Pflegeheim Birgli, Brienz
- **Kartenatelier Sunnegarte**
Heidi Hauser, Pflegezentrum Meienberg, Jona
- **Blumenrainzeitung für Jung + Alt**
Diana Hubmann, Alters-, Wohn- und Pflegeheim Blumenrain, Therwil
- **Herzessache**
Gabriela Jakob, Seniorenzentrum Aumatt, Reinach



- **Begegnungsprojekt, Jung trifft auf Alt**
Roger Jerjen, Haus St. Theodul, Fiesch
- **Ein glückliches neues Jahr**
Iris Moser, Stiftung Haus Martin, Dornach
- **Grillieren wie in alten Zeiten**
Andrea Rast, Alterswohnheim Walzenhausen, Walzenhausen
- **Malen mit Farben wie Picasso**
Hanni Sahli, Stiftung Alters- Pflegeheim Riedacker, Heimberg
- **Alt und Jung zusammen**
Claudia Schulthess-Häfliger
Stiftung Casavita Hasenbrunnen, Basel

- **CD „Liedertexte zu den Jahreszeiten“**

Fr. 50.00
+ Porto und Verpackung



- **Jahreszeiten Musik CD's**
Preis pro CD Fr. 30.00

+ Porto und Verpackung

Otto Spirig
Cäcilienstrasse 48
3007 Bern
Telefon: 031 371 85 67
E-Mail: ottomus@gmx.ch

- **Buch „Max und Moritz“**

Fr. 15.00
+ Porto und Verpackung



- **Buch „Gelebtes Leben“**

Fr. 16.00
+ Porto und Verpackung



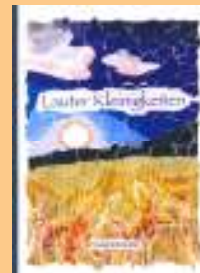
Bestellungen:

- **Weiterbildungsbroschüre 2013**
- **Spielwarenkatalog**

LeA-Schule
Länggasse 57 / Postfach
3607 Thun
Telefon: 033 733 43 43
E-Mail: info@leaschule.ch

- **Buch „Lauter Kleinigkeiten“**

Fr. 22.00
+ Porto und Verpackung



Diplomausbildung in Alltagsgestaltung und Aktivierung

Info-Veranstaltungen

St. Gallen	Seminar & Bildungshaus St. Georgen, St. Georgenstrasse 91a Donnerstag, 08.11.2012	16.00 Uhr
Zürich	Restaurant „Au Premier“, HB Zürich, 1. Stock Montag, 03.12.2012	19.00 Uhr
Bern	Hotel Kreuz, Zeughausgasse 41 Dienstag, 04.12.2012	19.00 Uhr

☛ Anmeldung erwünscht an untenstehende Telefonnummer

Nächste Ausbildungsstarts

Stufe 1	Klasse 33	07. / 08.02.2013 / Thun
	Klasse 34	23. / 24.05.2013 / St. Gallen
*	Klasse 35	27. / 28.08.2013 / Thun

Nächstes Bereichsleiterinnen-Seminar

Klasse 7 13. / 14.06.2013

* Aktuelle Infos finden Sie auf unserer Homepage

Redaktion und Gestaltung:

Nelly Christen, Hans Jakob Müller, Christine von Gunten, Beatrice Rotach, Julien Graf

Schule für Lebensbegleitung im Alter GmbH

Länggasse 57 Postfach CH-3607 Thun
Telefon: +41 (0)33 733 43 43 Fax: +41 (0)33 733 43 42
E-Mail: info@leaschule.ch www.leaschule.ch