



Rüttihubelbad 

# MITTEILUNGEN

FAMILIENTAG

ZU BESUCH BEI ... ESTHER BÄHLER

DIE 12 SINNE

# INHALT

3

Editorial

3

Editorial

12+13

Usem Rüttihubu...

12+13

Usem Rüttihubu...

4–5

Leitartikel

4–5

Leitartikel

14+15

Sensibel: Ausstellung

14+15

Sensibel: Ausstellung

6

Familientag

6

Familientag

16+17

Qualitätsmanagement in der Pflege

16+17

Qualitätsmanagement in der P

7

Glosse

7

Glosse

18 + 19

Die 12 Sinne

18 + 19

Die 12 Sinne

8

Sonne, Sommer, ...

8

Sonne, Sommer, ...

20

Veranstaltungsprogramm

20

Veranstaltungsprogramm

9

Buchtipp

9

Buchtipp

21

Rolf Wettstein

21

Rolf Wettstein

10 + 11

Zu Besuch bei ... Esther Bähler

10 + 11

Zu Besuch bei ... Esther Bähler

22+23

Moderne Volksmusik

22+23

Moderne Volksmusik

## IMPRESSUM

Herausgeberin: Stiftung Rüttihubelbad  
CH-3512 Walkringen

Tel: +41 (0)31 700 81 81  
E-Mail: [info@ruettihuelbad.ch](mailto:info@ruettihuelbad.ch)  
[www.ruettihubelbad.ch](http://www.ruettihubelbad.ch)

Spendenkonto: Stiftung Rüttihubelbad  
IBAN CH36 0839 0118 8320 0100 0

Auflage: 4500 Exemplare  
Erscheint 2x jährlich

Druck: rubmedia AG, Wabern/Bern





## LIEBE LESERIN, LIEBER LESER

«DIE MITTEILUNGEN WERDEN FÜR MICH EIN WICHTIGES BINDEGLIED ZUM RÜTTIHUBEL BLEIBEN».

*Als wir uns in der Redaktionskommission überlegt haben, zu welchen Themen wir in dieser Ausgabe der «Rütthubelbad Mitteilungen» einen Artikel veröffentlichen wollen, waren wir uns rasch einig, dass wir für einmal möglichst wenig von der Pandemie schreiben möchten, denn diese war in den letzten Monaten ein bisschen omnipräsent. Doch natürlich nehmen wir sie weiterhin ernst und stellen uns ihren Herausforderungen – aber es gibt noch viele andere interessante Themen. Mir ist allerdings kürzlich sogar passiert, dass wir an einer Sitzung zweimal auf eine gute Idee gestossen sind, die wir ohne Pandemie wohl nicht gehabt hätten. Wenn eine so schwierige Situation sogar noch positive Nebenwirkungen hat, wird man fast schon ein bisschen dankbar...*

*Das sind die letzten «Rütthubelbad-Mitteilungen» für die ich mitverantwortlich bin. Ich bin aber sehr*

*froh, dass es diese Informationen weiterhin gibt – sie werden für mich ein wichtiges Bindeglied zum Rütthubel bleiben, wenn ich im Herbst meine geliebte Arbeit als Geschäftsleiter der Stiftung Rütthubelbad aus gesundheitlichen Gründen abgeben werde. Während mir in den letzten Nummern fast alles sehr vertraut war, wird es mit ein bisschen mehr Abstand für mich bestimmt wieder mehr «News» zu lesen geben.*

*Mein Rückzug ist gleichzeitig der Neuanfang für meinen Nachfolger. Ich wünsche Stefano Corona viel Energie für die spannende Arbeit auf dem Rütthubel!*

*Michael Martig, Geschäftsleiter*

# Hochsensibel?

HOCHSENSIBLE MENSCHEN HABEN OFT SEHR HOHE SOZIALKOMPETENZEN, WEIL SIE SICH GUT IN ANDERE HINEINVERSETZEN KÖNNEN. MENSCHENANSAMMLUNGEN, LAUTE GERÄUSCHE UND UNTERSCHIEDLICHE GERÜCHE KÖNNEN EIN PROBLEM SEIN.

*Brigitte Feuz*

Das aktuelle Heft befasst sich aus unterschiedlichen Blickrichtungen mit dem Thema Sensibilität, den Sinnen, der Wahrnehmung. An dieser Stelle soll ein Blick auf die so genannte Hochsensibilität geworfen werden.

**Anna**

*Schon als kleines Mädchen wusste Anna immer ganz genau, in welcher Stimmung die Erwachsenen in ihrer Umgebung waren und ob es möglich war, das zu erreichen, was sie gern haben wollte. Sie spürte auch alle negativen Gefühle und lernte früh, Erwachsene bei Bedarf zu meiden und sich in ihre Phantasiewelt zu flüchten. Sie mochte es gar nicht, wenn es zuhause laut wurde. Das fühlte sich an wie ein Weltuntergang. Vor den anderen Kindern draussen hatte sie ein wenig Angst – die Gruppe war so laut und grob.*

*Als erwachsene Person, im Geschäftsleben, helfen Anna die Fähigkeit der Einfühlung und ihr «Emotionsradar» oft, den richtigen Zeitpunkt für Anliegen und Veränderungen zu finden. Aber das war ein langer Weg – sie musste zuerst lernen, wie sie ganz bei sich bleiben und gleichzeitig ihre Wahrnehmungen zulassen kann. Am Schwierigsten zu lernen war die Unterscheidung zwischen eigenen und fremden Gefühlen. Als junge Frau übernahm sie oft die Gefühle ihrer GesprächspartnerInnen. Das führte dazu, dass sie gar nicht wusste, was sie eigentlich wollte. Am Anfang ihrer Berufstätigkeit fühlte sie sich oft wie ein rohes Ei – sehr verletzlich und allem ausgeliefert.*

So oder ähnlich geht es vielen so genannt hochsensiblen Personen. Hochsensibili-

tät ist zum Modebegriff geworden und es gibt sehr viel Literatur, Therapie- und Coachingangebote zum Thema.

## Neurosensitivität

Im wissenschaftlichen Umfeld spricht man nicht von Sensibilität, sondern von Sensitivität. Unter Neurosensitivität versteht man die Fähigkeit, Umgebungsreize zu registrieren und zu verarbeiten. Hochsensitive Personen verfügen über eine erhöhte Neurosensitivität.

Hochsensitive Personen verarbeiten Reize intensiver und tiefer. Deshalb leiden sie auch schneller unter Reizüberflutung, sind gefährdeter, wenn es um Überlastung und Überforderung geht, weinen schneller, sind emotionaler als andere Menschen. Sie haben oft sehr hohe Sozialkompetenzen, weil sie sich gut in andere hineinversetzen können. Menschenansammlungen, laute Geräusche und unterschiedliche Gerüche können ein Problem sein, weil hochsensitive Personen davon sehr stark irritiert werden. Hochsensitive haben ein lebhaftes Innenleben und neigen zu Übertreibungen. Sie können sehr begeisterungsfähig sein.

## Hochsensitivität im Geschäftsleben

Mittlerweile hat auch die Geschäftswelt begonnen, sich für das Thema zu interessieren. Es geht darum herauszufinden, wie Hochsensitivität sich im Arbeitsalltag auswirkt. Bisherige Studien zeigen, dass hochsensitive Personen empathischer und kreativer sind, allerdings, wenn sie eher die negativen Seiten ihrer Disposition leben, unter einer stärkeren Stress- und Burnout-Gefährdung leiden. Ob eher die negativen oder die positiven Seiten gelebt werden, hängt offenbar mit Kindheitserlebnissen beziehungsweise damit



zusammen, wie die Eltern auf die Hochsensitivität des Kindes reagiert haben. Wurde das Kind in der Kindheit akzeptiert und konnte in einem sicheren Rahmen agieren, kann es als Erwachsener eher die positiven Seiten der Hochsensitivität leben. Wurde es stark kontrolliert und mit feindseligen Reaktionen konfrontiert, wird es als Erwachsene eher die negativen Seiten leben.

### **Was brauchen Hochsensitive?**

Auch in der Geschäftswelt gilt, dass hochsensitive Mitarbeitende stärker auf ihre Umgebung, Geräusche, Begegnungen bis hin zur Raumtemperatur reagieren. Das Verhalten des oder der Vorgesetzten sind sehr wichtig für sie. Wenn das Gesamtklima stimmt, sind sie kreativ,

haben hohe Sozialkompetenzen, sind innovativ und begeisterungsfähig. Sie zeigen eine gegenüber dem Durchschnitt leicht erhöhte Leistung. Hochsensitive Mitarbeitende brauchen mehr Freiheit als andere und sind auch in einem Grossraumbüro nicht gut aufgehoben, weil sie da einer permanenten Reizüberflutung ausgesetzt sind. Sie sind nicht besonders wettbewerbsorientiert und für repetitive Arbeiten ungeeignet. Wenn jedoch die richtige Umgebung geschaffen werden kann, können sie sehr viel beitragen.

### **Stellen Sie Hochsensitive ein!**

Heutige Unternehmen, die sehr stark auf Innovation setzen, um zu überleben, sollten sich deshalb tatsächlich um hochsensitive Mitarbeitende bemühen. Sie

sind stark darin, an menschenzentrierten Erneuerungsprozessen zu arbeiten, Produkte weiterzuentwickeln und dabei Kolleginnen und Kollegen mit ihren Ideen zu begeistern.

# PROGRAMM

## MORGEN

- 10-12 Uhr Jonglier-Workshop
- 11 Uhr Show « Volvio » Cie. CompaniMi
- 11 Uhr Führung im Garten

## NACHMITTAG

- 13 Uhr Show « Volvio » Cie. CompaniMi
- 14 Uhr Show « Eso es el Amor » - Cie Voilà l'enchantement
- 14 Uhr Führung im Garten
- 15 Uhr Show « Volvio » Cie. CompaniMi
- 16 Uhr Show « Eso es el Amor » - Cie Voilà l'enchantement

## FORTLAUFENDE WORKSHOPS 10-17 UHR

- Workshop personalisierte Baumwolltasche
- Workshop Kaleidoskop Karte
- Kinderschminken
- Einführung Acroyoga
- Riesenspiele / Dosenspiel
- Workshop und Aktivitäten im Garten

## ESSEN/TRINKEN

- Restaurant
- Hot dogs - Sandwiches
- Schläckzüg, Sirup

**DER FAMILIENTAG IST KOSTENLOS,  
ABER EINE RESERVIERUNG IST ERFORDERLICH.**

# Sterngucker

*Bart Léon van Doorn*

Die Tage werden wieder länger und das Wetter lädt ein, an die frische Luft zu gehen und die Natur zu geniessen. Erstaunlich, wie schnell sich Ortsbilder manchmal verändern. Neue Gebäude sind entstanden, alte Bäume sind verschwunden oder neue Anpflanzungen gemacht worden. Im Emmental wandernd entdecken wir Landschaften, welche ihre Ursprünglichkeit behalten haben. Man wähnt sich in längst vergangenen Zeiten. Gegen Abend fällt auf, wie dunkel es noch werden kann. Keine Strassenbeleuchtungen, ein einsames Bauernhaus ist schwach beleuchtet, im Stall wird gearbeitet, aber es dringt kaum Licht nach aussen. Umso schöner leuchten die Sterne. Zum Himmel hochschauend bietet sich uns ein wunderschönes Schauspiel. Je länger wir hinschauen, je mehr Sterne scheinen dazu zu kommen.

Unser oftmals hektischer Alltag führt leider dazu, dass wir den Himmel nur noch selten betrachten. Wir schauen nicht mehr zum Himmel hoch, sondern zum Handy runter. Dabei war die Weisheit der Sternenwelt während Jahrtausenden eine reiche Quelle, z.B. für die Astronomie und die Astrologie. Die Errungenschaften insbesondere der AstronomInnen sind eindrücklich. Beruhigend zu wissen, dass die Erde rund ist und wir während einer Weltreise nicht herunterfallen können. Auch interessant ist die Erkenntnis, dass unsere Mutter Erde um die Sonne dreht und nicht umgekehrt. Überhaupt verstehen wir dieses System der herumfliegenden Kugeln und Kügelchen schon viel besser. Woher das Ganze kommt meinen wir

auch schon zu wissen. Richtig. Durch den Urknall. Woher dieser Knall dann wieder kam, ist noch nicht so klar. Und was hat denn da geknallt, woher kam es, was war vor dem Knall und warum?

Wie sie sehen, gibt es noch einige Fragen zu beantworten. Wir sind aber auf dem besten Weg dazu, den Ursprung allen Daseins zu entschlüsseln. Auf dem Mond waren die Menschen schon. Wir haben jetzt Steine mit auf die Erde genommen und Fussabdrücke im ewigen Staub hinterlassen. Ein Meilenstein! Und jetzt der Mars. Aktuell wird intensiv geforscht, ein kleiner Hubschrauber fliegt jetzt auf dem roten Planeten herum. Wahnsinn!

Auch der Nutzen ist unverkennbar. Wir investieren Milliarden in die Raumfahrt. Leben können wir dort zwar nicht, aber vielleicht können die Raumfähren auch vom Mars Steine mit auf die Erde bringen. Die legen die Menschen sich dann wieder gegenseitig in den Weg und alles ist wie immer.

Spannend sind die Wissenschaften schon, das stimmt. Aber mal angenommen, die AstronomInnen finden alles über den Ursprung des Universums heraus. Wenigstens im Sinne der Physik, was ist dann? Auf den Mars können wir nicht umziehen. Auf den Mond auch nicht. Nur Geräte können dort überleben. Und wessen Interessen dienen die dann?

Ein Eintauchen in den alten Weisheiten der Menschheit wäre vielleicht doch auch interessant. Der berühmteste Stern der Menschheitsgeschichte war doch auch wegweisend für Könige! Und alles ohne

Navigationsgerät. Möglicherweise besteht das Universum doch nicht nur aus Materie?

Nur so eine Idee.

Schliesslich können wir Fakten wie unsere Gedanken, die Liebe, Freude und Leid usw. auch nicht unter dem Mikroskop betrachten.

***Sterne sprachen einst zu Menschen,  
Ihr Verstummen ist Weltenschicksal.  
Des Verstummens Wahrnehmung  
Kann Leid sein des Erdenmenschen.  
In der stummen Stille aber reift,  
Was Menschen sprechen zu Sternen.  
Ihres Sprechens Wahrnehmung  
Kann Kraft werden des Geistesmenschen.***

Rudolf Steiner, Weihnachten 1922

# Sommer, Sonne, Sonnenschein ...



*Manuela Liechti*

«Es ist wie es ist, aber es wird, was du daraus machst». Getreu nach diesem Motto haben wir die Wintermonate im Hintergrund des Restaurants verbracht. Das Leitungstrio war sehr aktiv und hat einiges angedacht, umgedacht oder umgesetzt. Wir haben als erstes viel Zeit investiert in die Umplanung und Neugestaltung der Küche. Mit dem Ersatz der Zentralkühlung und den schon geplanten Erneuer-

ungen von zwei Geräten auf Anfang Jahr, ergab das ein sehr erfreuliches Ergebnis.

Wir freuen uns, wenn wir Sie liebe Gäste unter den Kastanien mit unserer neu kreierten Apérokarte verwöhnen dürfen. Natürlich gibt's dieses Angebot auch auf der Terrasse. Von unserem Klassiker, dem «Hugo», zur «Abendsonne» bis zur «Wilden Hilde» finden Sie sicher das passende Getränk. Ergänzt mit einer Auswahl Emmentaler Tapas ergibt das ein gemütliches Apéro unter den Kastanien. Seien Sie

gespannt. Ebenso haben wir uns Gedanken gemacht über unser Brunchangebot. Dieses wurde überarbeitet und kommt mit einem frisch zusammengestellten Angebot aufs Buffet. Leider können wir zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht genau sagen, ab wann wir den Brunch wieder anbieten können.

Auch die Sommerkarte lädt zu einem Besuch auf unserer wunderschönen Sonnenterrasse ein. Mit sommerlichen Gerichten verwöhnen wir ihren Gaumen und mit der Aussicht ihre Sinne. Ob am Morgen, am Mittag oder auch abends... Jede Tageszeit hat beim Ausblick auf die Grindelwaldner Bergkette ihren ganz einzigartigen Charme.

Sie sehen, die Ferien zuhause lohnen sich auch im Jahr 2021, denn die Schweiz hat viele schöne Orte zu bieten... unter anderem das Rütthubelbad. Sei es um in der Kneippanlage die Beine zu kühlen oder im Sensorium die Welt der Sinne zu erforschen. Den Spaziergang in der Allee und die wunderbare Aussicht und Ruhe geniessen und dabei seinen Gedanken freien Lauf lassen...Verbinden sie den Besuch bei uns mit einer Übernachtung oder mit einer Velotour durchs schöne Emmental auf der Herzroute. Entlang der Herzroute gibt es einiges zu entdecken. Und dürfen wir ab dem Sommer auch wieder grössere Gruppen bewirten freuen wir uns sehr, mit ihnen ihr Fest zu gestalten. Sei es eine Taufe, eine Hochzeit, einen Geburtstag, einen Ausflug, eine Konfirmation, oder einfach um 100 Jahre Samstag zu feiern – wir sind sehr gerne für Sie da!

Herzlichst  
Ihr Rütthubel-Gastro-Team





## Für Sie gelesen

*Bart Léon van Doorn*

Es ist eine Sammlung bezaubernder Kurzgeschichten, der Autor bezeichnet sie als «Kleine Suite».

Rudolf Bind war kürzlich anlässlich einer Lesung im Rütthubelbad zu Gast. Dort erklangen – gelesen von Klaus Frank – Texte aus diesem kleinen Buch.

Die Geschichten scheinen auf dem ersten Blick kurz. Der Zauber entsteht im Nachklang: Es scheint, als ob die Texte sich in der Erinnerung und inneren Erleben des Lesenden weiterentwickeln. So

anregend und gekonnt sind sie gestaltet, dass dieses Buch immer wieder gerne zur Hand genommen wird.

**Rudolf Bind:**

**«Freunde, Sternschnuppen und Schneeflocken»**

Mit Zeichnungen von Walter Steffen  
Edition 350, Basel im Verlag der  
Kooperative Dürnuu  
ISBN 3-88861-101-6

# Geld- verantwortung gibt es.

Pensionsgeld in die Realwirtschaft anlegen. Dabei immer das Wohl der Versicherten im Auge behalten. Das ist Leitbild und zugleich Ergebnis von über 30 Jahren CoOpera.

Sicher nachhaltig.  
Nachhaltig sicher.

## COOPERA

CoOpera  
Talweg 17, Postfach 160, 3063 Ittigen  
T 031 922 28 22, info@coopera.ch

[www.coopera.ch](http://www.coopera.ch)

# Esther Bähler

*Brigitte Feuz*

Esther Bähler ist eine der guten Seelen im Rütthubelbad. Sie leuchtet und strahlt förmlich von innen heraus. Sie ist spontan, hilfsbereit und positiv eingestellt. Ihre unaufdringliche Art, Vorschläge zu machen, wenn irgendwo etwas klemmt, ist sehr angenehm. Esther ist eine unkomplizierte Macherin.

In der Zeit, als sie ins Rütthubelbad kam, sah das ganz anders aus – da konnte sie sich aus gesundheitlichen Gründen nur noch um sich selbst kümmern und

war auf Hilfe von aussen angewiesen. Esther hatte ihn ihrem Leben mehrere grosse gesundheitliche Krisen, und jedes Mal hing ihr Leben an einem seidenen Faden. Und bei jeder gesundheitlichen Krise fiel sie aus dem gesellschaftlichen und sozialen System. Die Erfahrung, die sie dabei wiederholt machen durfte war, dass immer von irgendwoher Hilfe gekommen ist. Esther sagt, dass ihr Überleben und ihre Genesung nur durch Gnade, Vertrauen, Führung und Schicksal möglich waren. Sie hat gelernt, optimistisch zu bleiben und auf das Leben zu vertrauen.

Ihre letzte gesundheitliche Krise fand in den Jahren 2016 und 2017 statt. Sie hatte unglaubliche Schmerzen am ganzen Körper, magerte zusehends ab und konnte kaum noch gehen. Nach mehreren Spital- und Kuraufenthalten war sie immer noch pflegebedürftig und suchte einen Pflegeplatz, wo ihre Grundversorgung abgedeckt werden konnte. Ihr Hausarzt Karl Gronewold empfahl das Rütthubelbad. Sie kannte und schätzte den Ort bereits, weil ihre Mutter immer gern dort essen ging.

Als sie im Alterswohn- und Pflegeheim anrief, wurde ihr gesagt, sie sei doch noch zu jung für einen Aufenthalt hier. Schliesslich klappte es aber trotzdem und sie konnte dankbar in ein Zimmer im Sans Souci einziehen. Für Esther war das ein wunderbares Geschenk. Sie war in der Zeit auf sehr viel Hilfe angewiesen. Im Rütthubelbad machte sie schöne Erfahrungen mit den hilfsbereiten, achtsamen Pflegepersonen, die sie liebevoll umsorgten. Von hier aus konnte sie dann einen Besuch bei Professor Ziswiler, dem Vater eines ehemaligen Schülers und bekannten Rheumatologen organisieren. Von Prof. Ziswiler erfuhr sie, dass sie unter rheumatoider Polyarthrititis leidet und eine immunsuppressive Basistherapie machen sollte.

Nach einem erneuten Spitalaufenthalt kam sie wieder mit Freude ins Rütthubelbad zurück. Die starken Antibiotika und weitere Medikamente schwächten sie derart, dass sie ihre Medikamentenliste mit dem Rheumatologen durchgekämmt und mit Hilfe ihres Hausarztes Karl Gronewold stark reduziert hat.

Nun folgte die immunsuppressive Basistherapie bei Professor Ziswiler. Sie

ESTHER HATTE IHN IHREM LEBEN MEHRERE GROSSE GESUNDHEITLICHE KRISEN, UND JEDES MAL HING IHR LEBEN AN EINEM SEIDENEN FADEN. DIE ERFAHRUNG, DIE SIE DABEI WIEDERHOLT MACHEN DURFTE WAR, DASS IMMER VON IRGENDWOHER HILFE GEKOMMEN IST.



wohnte fast ein Jahr im Zimmer 104 im Haupthaus des Alterswohn- und Pflegeheims. Zwei Mal wöchentlich hatte sie Physiotherapie im Zimmer, Ergotherapie, Heileurythmie, Wickel und Auflagen sowie Musiktherapie und es ging ganz langsam aufwärts.

Schliesslich wurde eine Wohnung im Sans Souci frei und Esther ist dort eingezogen, wo sie auch heute noch wohnt. Sie erzählt, dass es sehr berührend war, wie viel Zuwendung und Unterstützung sie in der Zeit ihrer schweren Krankheit hier erhalten hat. Esther ist in der Zeit zu einem Teil der Rütthubel-Gemeinschaft geworden.

Sie ist ein Mensch, der gern zupackt und anderen hilft. Als es ihr besser ging, hat sie das auch wieder aufgenommen. Als Bewohnerin wurde sie angefragt bei Aktivitäten teilzunehmen, wenn es ihre Kräfte erlaubten. Dadurch hatte sie Einblick in Aktivierung, Pflege, Essen und Speisesaal. Zuerst hat sie als freiwillige Mitarbeiterin geholfen, danach kam ein Jobangebot von der Sozialtherapeutischen Gemeinschaft. Esther gibt nun dort am Kunstmittag Stellvertretung. Sie wurde dann auch von der Aktivierung für die Gruppenbetreuung beigezogen. Das passte ebenfalls gut, denn Esther hat ein Lehrerpapier als mit Handarbeitsab-

schluss, ist Naturheilpraktikerin und diplomierte Erwachsenenbildnerin und hat zuletzt als Heilpädagogin gearbeitet. Sie hat viel Erfahrung im Unterstützen und Begleiten von Menschen und hatte auch über mehrere Jahre eine eigene Praxis. Schliesslich wurde sie von der Aktivierung angefragt, ob sie auch Stellvertretungen machen würde.

Esther unterstützt immer noch Menschen aus dem Alterswohn- und Pflegeheim, zum Beispiel bei Arztbesuchen ausserhalb des Rütthubelbad oder bei Einkäufen, welche die betagten Menschen nicht mehr selbst erledigen können.

Auf meine Frage, was sie sich noch wünscht, antwortet Esther, dass sie bis hierhin ein sehr bewegtes und interessantes Leben hatte. Die Dinge, die wirklich wichtig sind, könne man sich ohnehin nicht kaufen. Esther ist dankbar und froh um all die Erfahrungen und Einschnitte in ihrem Leben, die sie geformt, geprägt und in ihrer Entwicklung weitergebracht haben. Für das Rütthubelbad wünscht sie sich, dass es noch mehr Wohnungen gibt, damit die Menschen schon früher auf den Rütthubel ziehen und dann, wenn es Zeit ist, ins Alterswohn- und Pflegeheim wechseln können.

Esther glaubt, dass sie ohne die grossen Einschnitte in ihrem Leben nicht da wäre, wo sie jetzt ist. In ihren Kuraufenthalten, aber auch hier im Rütthubelbad hat sie physische und geistige Nahrung erhalten und konnte und kann mit Menschen in Beziehung gehen. Aus ihrer Sicht sind Gemeinschaft, Begegnungen und in Bezug gehen etwas Zentrales. Esther sieht jeden neuen Tag ihres Lebens mit grosser Dankbarkeit als Geschenk.



## Grillholzbox und Anfeuerholzbox

DIE BAUGRUPPE DER STIFTUNG RÜTTIHUBELBAD STELLT MIT BEGLEITETEN MITARBEITENDEN PRAKTISCHE BOXEN MIT HOLZ AUS EIGENEN WÄLDERN HER. DIE PRODUKTIONSSTRASSE WIRD IM RAHMEN EINES AUSBILDUNGSPROJEKTS PERFEKTIONIERT.

*Brigitte Feuz*

Die Holzverarbeitung findet etwas unterhalb der Stiftungsgebäude in der Mooshütte statt. Es handelt sich dabei um eine einfache Holzhütte. Draussen liegen Teile von Stämmen, die zuerst zu Spalten verarbeitet und dann in kürzere Stücke gesägt und gespalten werden. In der einen Hälfte der Hütte werden mit Holzschneitern gefüllte Säcke hergestellt und gelagert, in der anderen befindet sich die Produktionsstrasse für die Grillholzbox und die Anfeuerholzbox. Arbeitsagogin in Ausbildung Tamara und ihre begleiteten Mitarbeiterinnen zeigen mir die verschiedenen Arbeitsstationen, die zu absolvieren sind, bevor eine fertige Box ins Regal gestellt und letztlich an die KundInnen verkauft werden kann.

Die beiden Produktionsstrassen befinden sich am selben Ort, da der Platz beschränkt ist. Tamara hat die Anweisungen dafür oberhalb der Stationen an der Wand aufgehängt und sie unterscheiden sich durch die Farben: Orange für die Anfeuerholzbox, Grün für die Grillholzbox. Das Einrichten mit den Anweisungen hat ungefähr einen Tag in Anspruch genommen. Für die Grillholzbox gibt es zusätz-

lich ein Hilfsmittel, um die richtige Menge an Anfeuerholz einfüllen zu können.

Wenn die Boxen satt gefüllt sind, legen die Mitarbeiterinnen noch einen Flyer dazu und am Schluss werden die Etiketten auf die Boxen geklebt. Hier besteht noch Optimierungsbedarf. Zuerst wurden die Etiketten gekleistert. Das ist aber unpraktisch, weil man sich in der Mooshütte nirgends die Hände waschen kann. Auch ein Leimstift ist nicht optimal, weil das immer noch schmiert und dann überall klebt. Tamara testet jetzt noch eine Klebetikette.

Die beiden Boxen enthalten ausschliesslich Tannenholz.



## Sensibel: In der Ausstellung



WENN MAN SICH DIE ZEIT NIMMT,  
GANZ ZU SPÜREN, ZU PROBIEREN, SICH  
EINZULASSEN, GEHEN WELTEN AUF.

### Brigitte Feuz

Die diesjährige Sonderausstellung «Sensibel» befindet sich im oberen Stockwerk des Sensorium und die BesucherInnen haben Gelegenheit, an den Stationen die Sensibilität ihrer Sinne zu erforschen – sei das taktil, feinmotorisch, auditiv. Auch das Vorstellungsvermögen wird herausgefordert.

Ich besuche mit einer Bewohnerin und einem Bewohner der Sozialtherapeutischen Gemeinschaft die Ausstellung an einem Montag, wenn das Sensorium für die BesucherInnen geschlossen ist. Deshalb ist die Atmosphäre viel ruhiger als sonst. Das ist gut für den Bewohner, der die Ruhe und die Langsamkeit mag. Er lässt die Dinge gern auf sich zukommen und kann sich dann vollkommen der Erfahrung hingeben. Er ertastet die Objekte in den blauen Amphoren mit grösster Sorgfalt, bevor er sagt, was er in den Händen hält. Die Bewohnerin und ich sind viel ungeduldiger. Ich liege dann auch mal falsch beim Bestimmen der Objekte. Beim runden Tisch mit den Steinplatten suchen wir tastend den gleichen Stein unter dem Tisch. Die glatten Oberflächen sind dabei am schwierigsten, denn da gibt es welche, die sich nur minim unterscheiden. Mein Kopf schaltet sich ein und behauptet: «Aber die würden die passenden Steine sicher nicht so weit auseinander legen.»

Die Bewohnerin macht die Erfahrung, dass das Zusammensetzen eines Puzzles, ohne die Augen gebrauchen zu können, gar nicht so einfach ist. Es dauert eine Weile, bis ihre Biene fertig ist. Die Station mit den klingenden Pflanzen löst bei der ehemaligen Gärtnerin eher Befremden aus – muss es denn elektrisch sein? der

Bewohner und ich spielen mit den verschiedenen Klängen. Manchmal klingt es wie in der Natur und manchmal will es nicht so recht zusammenpassen.

Ein ganz grosses Geduld- und Geschicklichkeitsspiel ist das Labyrinth von Chartres, wo es darum geht, eine Kugel durch die Rillen des Labyrinths zu balancieren. Wenn man nicht aufpasst und zu grobe Bewegungen macht, springt die Kugel aus den Rillen. Der Bewohner ist dort ganz fein und fokussiert dabei, während die Kugel bei der Bewohnerin und mir Abkürzungen nimmt...

Die Ausstellung macht uns nicht nur auf die Sensibilität unserer Sinne, sondern auch auf die erforderliche Achtsamkeit und Langsamkeit aufmerksam und gibt uns damit etwas Elementares für den modernen Alltag mit auf den Weg.



«ÜBERALL LIEST MAN IN FACHZEITSCHRIFTEN ODER ZEITUNGEN ÜBER PFLEGEQUALITÄT UND QUALITÄTSMANAGEMENT, DOCH WAS IST GUTE PFLEGEQUALITÄT UND WIE MISST MAN DIESE?»

## Wie wird Qualitätsmanagement in der Pflege umgesetzt?

*Esther Wenger, Ursula Mussi*

Natürlich liegt es nahe, sich am Befinden und der Zufriedenheit der Bewohnerinnen und Bewohner und deren Angehörigen zu orientieren. Diese Rückmeldungen holen wir uns auch regelmässig im Gespräch und im Austausch mit ihnen. Doch es gibt es noch andere Messwerte, an denen man die Qualität der Pflege in einer Institution messen kann.

Eine Möglichkeit bietet das Resident Assessment Instrument for Nursing Homes.

Alle sechs Monate wird mit einem Fragebogen, einem so genannten Bewohnerassessment die Bewohnerbeurteilung durchgeführt. Anhand dieser erhobenen Daten wird in der Praxis die Pflegeplanung erstellt. Mit einem spezifischen EDV-Programm der Q-Sys AG können diese Daten einmal jährlich ausgewertet werden. Das RAI Qualitätsindikator-Auswertungs-Programm berechnet

mit Hilfe der einzelnen Informationen des Bewohnerassessments folgende Qualitätsindikatoren:

- Unfälle z.B Stürze
- Verhalten und Emotionen
- Zeichen von Depression
- Kognitive Zustände, z.B. eine Demenz
- Verabreichen von 9 oder mehr Medikamenten, eine sogenannte Polypharmazie
- Inkontinenz
- Freiheits- und bewegungseinschränkende Massnahmen
- Einnahme von Psychopharmaka
- Dekubitus (Druckgeschwüre), Hautprobleme, Wunden
- Schmerzen

Diese Indikatoren werden vom System mit anderen Heimen des Kantons und der gesamten Schweiz verglichen und ausgewertet. Anhand dieser Resultate kann

eine Institution Problemfelder erkennen und aus diesen Erkenntnissen Ziele und damit verbundene Messgrössen festlegen sowie Massnahmen wie zum Beispiel Schulungen einleiten.

Wir im Alterswohn- und Pflegeheim Rütthubelbad haben anhand unserer Auswertung den Indikator Schmerz ausgewählt. Andauernde Schmerzen beeinträchtigen die Lebensqualität der BewohnerInnen stark. Damit die Betroffenen ihre körperlichen und sozialen Ressourcen optimal nutzen können, ist eine sorgfältige Abklärung und Behandlung der Schmerzen von grosser Wichtigkeit. Dieses Thema wird nun mit den Pflegenden in einer internen Weiterbildung vertieft und entsprechende Massnahmen geplant und umgesetzt.

Dieser Prozess ermöglicht eine stetige Verbesserung der Qualität und eine Weiterentwicklung der Pflege.





## Die 12 Sinne

Brigitte Feuz

In den Jahren 1909 bis 1920 hat Rudolf Steiner seine Sinneslehre entwickelt. Er berücksichtigt dabei nicht nur die klassischen fünf Sinne, sondern macht uns darauf aufmerksam, dass wir auch unseren Körper und unsere Mitmenschen mit unseren Sinnen erfassen. Dabei unterscheidet er zwischen inneren Sinnen, äusserlich-inneren Sinnen und äusseren Sinnen. Das heisst, dass sich gewisse Sinne nach innen, in den eigenen Körper richten und uns dadurch Informationen liefern. Andere Sinne richten sich nach innen und aussen und die dritte Art richtet sich nach aussen und wir dringen damit unterschiedlich tief – in von uns getrennte Körper – in die Aussenwelt ein. Steiner beschreibt die Funktionsweise der Sinne, auch basierend auf seinem Konzept, unter Berücksichtigung der leiblichen, seelischen und geistigen Aspekte des Menschen. Das heisst, dass bei der Sinneswahrnehmung nicht nur materielle, sondern auch energetische Phänomene eine Rolle spielen. Dieser Aspekt soll hier nicht weiter ausgeführt werden.

### Innere Sinne

Die inneren Sinne geben uns Auskunft darüber, was in unserem Inneren, in unserem Körper geschieht bzw. die Wahrnehmung geschieht rein im Inneren. Dazu zählen der Tastsinn, der Lebenssinn, der Bewegungssinn und der Gleichgewichtssinn. Beim Nutzen des Tastsinns stösst der Mensch sozusagen an die Aussenwelt, aber die eigentliche Tasterfahrung spielt sich in der Haut, innerhalb des Menschen, ab. Der Lebenssinn erlaubt es, dass wir uns als einer innerlich geschlossenen, körperlichen Gesamtheit bewusst



STEINER BERÜCKSICHTIGT NICHT NUR DIE KLASSISCHEN FÜNF SINNE, SONDERN MACHT UNS DARAUF AUFMERKSAM, DASS WIR INSGESAMT NOCH SIEBEN WEITERE SINNE HABEN: SINNE, DIE UNS EINE DIFFERENZIERTERTE KÖRPERWAHRNEHMUNG VERMITTELN UND SINNE, DIE UNS EINE UNMITTELBARE WAHRNEHMUNG DES ANDEREN MENSCHEN ERMÖGLICHEN.

werden. Steiner führt hier aus, dass der Lebenssinn normalerweise erst ins Bewusstsein dringt, wenn etwas in unserem Körper nicht mehr in Ordnung ist. Der Schmerzsinne ist Teil des Lebenssinnes. Doch auch das Wohlgefühl wird durch den Lebenssinn vermittelt. Mit Hilfe des Bewegungssinns nehmen wir unsere eigenen Bewegungen wahr. Wir registrieren die – innerlichen – Bewegungen, die Lageveränderungen unserer Gliedmassen mithilfe von Nerven, die zu den Muskeln und Gelenken führen. Dieser Sinn wird heute als Propriozeption bezeichnet und gilt als einer der wichtigsten Sinne überhaupt (Siehe Arte-Doku: Unser geheimes 6. Sinn). Das heisst, hier geht es nicht um Fortbewegung im Raum. Mit dem Gleichgewichtssinn nehmen wir unser Gleichgewicht wahr, indem wir uns in Beziehung setzen zu oben, unten, rechts und links. Wir fühlen uns dabei in der räumlichen Welt und nehmen uns selbst in einem Gleichgewicht wahr.

### **Äusserlich-innerliche Sinne**

In diese Gruppe gehören der Geruchssinn, der Geschmackssinn, der Sehsinn und der Wärmesinn. Wenn wir den Geruchssinn nutzen, treten wir schon ein wenig aus uns heraus. Wir erfahren durch den Geruchssinn etwas von der Aussenwelt, aber es ist noch kein tiefes Einlassen. Im Geschmackssinn wird das Äussere schon recht innerlich, wenn man zum Beispiel die Eigenschaft des Zuckers oder des Salzes schmeckt. Das heisst, mit dem Geschmackssinn erfahren wir schon mehr über die Aussenwelt als mit dem Geruchssinn. Noch einmal mehr erfahren wir über den Sehsinn, indem wir mit den Augen die Aussenwelt sozusagen abtasten. Jedoch bleiben wir bis hierhin immer noch an der Oberfläche der Gegenstände. Das ändert sich jetzt mit dem Wärmesinn. Hier erlebt man das Innere dessen, was

man erfahren will, schon stark mit, denn Wärme kann alles durchdringen und ist damit kein oberflächliches Phänomen.

### **Äussere Sinne**

Mit Hilfe der äusseren Sinne versuchen wir in die Aussenwelt vorzudringen und Informationen darüber zu erhalten. Dazu gehören der Gehörsinn, der Wortsinn (Sprachsinne), der Gedankensinn und der Ichsinn. Wenn wir den Gehörsinn nutzen, verrät uns der Ton schon sehr viel über das innere Gefüge des Äusseren, das wir hören. Noch tiefer dringen wir vor mit dem Sprachsinne, wenn wir Sprache hören. Der Sprachsinne ist besonders aktiv, wenn wir fremde Sprachen hören und auf die besonderen Laute und den Sprachklang achten. Im Gegensatz zum Geräusch klingt hier die Seele des Menschen mit. Schon das Kleinkind reagiert auf Sprache viel stärker als auf Geräusche, hat es doch die Sprache besonders der Mutter schon im Mutterbauch gehört und ist dafür hoch sensibilisiert. Noch tiefer fühlt man sich ein, wenn der Denksinn (Gedankensinn) hinzukommt und man den Sinn der Sprache, den Gedanken hinter den Worten fassen kann. Wir tauchen ein in die Geschichte, die uns jemand erzählt, in den Gedanken, den unser Gegenüber entwickelt. Das blosser Sender-Empfänger-Modell ist längst überholt. Neueste Studien belegen, dass unsere Gehirne simultane Aktivitätsmuster zeigen – das ist das so genannte Speaker-Listener-Coupling. Und noch tiefer verbinden wir uns mit dem Inneren der Aussenwelt, wenn wir mit dem Ichsinn das Ich des Andern wahrnehmen. Wenn wir durch das Denken, das einem das Gegenüber zuwendet, dessen Ich wahrnehmen, leistet das der Ichsinn. Rudolf Steiner beschreibt die Ich-Wahrnehmung als einen Wechsel zwischen Einschlafen in den Andern und Aufwachen in sich, als

eine Tätigkeit, an dem sich unser gesamtes Nervensystem beteiligt. Die Empathie-Forschung weist mit den Spiegelnuroneuronen in eine ganz ähnliche Richtung. Beim Ichsinn geht es somit nicht um die Eigenwahrnehmung, sondern um die Wahrnehmung des andern Ich, des Gegenübers.

Die Entwicklung der Sinne kann weitergehen, bis sich die geistigen Wahrnehmungsorgane im Menschen entwickeln. Die Anlagen dazu haben wir alle – Steiner spricht hier vom imaginativen, dem inspirierenden und dem intuitiven Sinne.

## **Erde Mensch Gewissen**

*Rudolf Steiner Wandtafelzeichnungen 1919 bis 1024.*

*Eine Ausstellung der Christengemeinschaft Bern.*

*17. September – 14. November 2021  
Alpeneggstrasse 18, 3012 Bern*

*Das Rütthubelbad beteiligt sich an der Ausstellung in der Christengemeinschaft mit einem Workshop zum Thema «Die 12 Sinne erfahren». Der Workshop findet statt am 21. September 2021, 19.00–20.30 Uhr*

*Vorbereitend dazu gibt es in unserer Galerie vom 9.–24. August 2021 eine kleine Ausstellung zu den 12 Sinnen.*

# VERANSTALTUNGS-PROGRAMM

## Juni 2021

bis 11.7.

Sa, 12.6.

Sa + So, 12.+13.6.

Sa, 12.6. 19:30

So, 13.6. 15:30

Sa, 19.6. 19:30

Do, 24.6.

Fr, 25.6.

So, 27.6. 15:30

**Ausstellung Drei Künstler, eine Ausstellung**, Patrick Osterholt, Herbert Siegenthaler und Niklaus Krebs

**Kurs «Gewaltfreie Kommunikation» Modul 3**, Martin Rausch

**Kurs Die Planeten, ihre Metalle und die Klänge des Kosmos**, Marcus Schneider

**Konzert Ämme Folk «Frühlingsgefühle»**, Ämme Folk

**Mundartlesung «Dr Chläis, dr Plämpeler u Lehn Chrischte»**, Christian Schmid

**Konzert NEOLÄNDLER**, Aufbruch

**Kurs Sterbebegleitung Modul 1**, Franz Ackermann

**Kurs Sterbebegleitung Modul 1 (WIEDERHOLUNGSKURS)**, Franz Ackermann, Ursa Neuhaus

**Mundartlesung «Chuebode-Hämel»**, Christian Schmid

## Juli 2021

Do, 8.7.–So, 11.7.

Do, 29.7.–So, 1.8.

**Kurs Übersinnliche Wahrnehmung**, Frank Burdich

**Ferienkurs im Kloster Odilienberg**, Manfred Gödrich

## August 2021

So, 15.08. 15:30

Do, 19.8. 19:00

Fr, 20.8.–So, 22.8.

Mi, 25.8.

Fr, 27.8.–So, 29.8.

**Mundartlesung «D Egge-Marei»**, Christian Schmid

**Vortrag Einführung in die Anthroposophie**, Manfred Gödrich

**Kurs «Die Auferstehung der Vatergott-Welt»**, Manfred Gödrich

**Kurs Sterbebegleitung Modul 7**, im Kirchgemeindehaus Zürich Enge, Franz Ackermann und Ursa Neuhaus

**Kurs «Was die Naturgeister uns sagen»**, Wolfgang Weihrauch

## September 2021

4.9.–17.10.

Sa, 11.4. 09:00–17:00

Fr, 24.9.–So, 26.9.

**Ausstellung «Meine Liebe zu den Bergen»**, Jürg Reinhard

**Kurs Heilende Berührungen**, Brigitte Feuz

**Kurs «Anthroposophische Meditation»**, Andreas Neider

## Oktober 2021

Sa, 16.10.

Fr, 22.10.–So, 24.10.

Sa, 23.10.

23.10.–28.11.

So, 24.10. 15:30

So, 31.10. 15:30

**Kurs «Wirksam mit Kindern kommunizieren»**, Aurelia Reinhart

**Kurs «Wie finden wir ein gesundes Seelengleichgewicht»**, Anton Kimpfner

**Kurs «Gewaltfreie Kommunikation» Modul 1**, Martin Rausch

**Ausstellung Bilderausstellung** von Franz Lohn

**Lesung Therese Bichsel** liest aus ihrem Buch «Die Walserin»

**Mundartlesung «Die vo Turnälle u dr Töiffer»**, Christian Schmid

## November 2021

Do, 4.11. 19:00

Fr, 5.11.–So, 7.11.

Sa, 6.11.

Sa, 20.11.

So, 21.11. 15:30

Do, 25.11.

**Vortrag Einführung in die Anthroposophie**, Manfred Gödrich

**Kurs «Der druchchristete Michaelische Kampf»**, Manfred Gödrich

**Kurs «Gewaltfreie Kommunikation» Modul 2**, Martin Rausch

**Kurs «Gewaltfreie Kommunikation» Modul 3**, Martin Rausch

**Mundartlesung «Niggels Blueschtfahrt»**, Christian Schmid

**Kurs Sterbebegleitung Modul 8**, im Holzhaus am Goethanum, Franz Ackermann und Ursa Neuhaus

**Detailinformationen und Buchungen:**

Kurse: [www.erato-kultur.ch](http://www.erato-kultur.ch)

Kulturveranstaltungen: [www.ticketino.com](http://www.ticketino.com) 0900 441 441 (CHF 1.00/Min. FNT)

**ERATO**  
Kulturbüro

## Rolf Wettstein

*Michael Martig*

Immer wieder realisiere ich, dass das Rütthubelbad nie hätte entstehen können – und auch nach wie vor völlig undenkbar wäre, ohne ganz viele Menschen, die sich mit voller Kraft für einzelne Aufgaben oder die visionäre Gesamtdesign engagiert haben. Und wie meist bei solchen Projekten, muss man bei der Umsetzung der grossen Ideen natürlich zwischendurch auch immer mal wieder einen gemeinsam begehbaren Weg finden, was nicht immer einfach ist.

Ich habe auch schon bei anderer Gelegenheit erwähnt, dass es für meine Arbeit in der Stiftung Rütthubelbad ganz wichtig war, möglichst viele Menschen aus der immer kleiner werdenden Gründergeneration dieses Sozial- und Kulturwerks kennenzulernen, weil ihre unterschiedlichen Blicke auf die Entwicklung und die individuelle Umsetzung ein spannendes

Gesamtbild dieser besonderen Idee ergibt. Einer, den ich in diesem Zusammenhang zum Glück persönlich kennenlernen durfte, war der im letzten September verstorbene Rolf Wettstein. Er gehörte zu jenen, welche ihre Ideen mit viel Herzblut und Engagement eingebracht und umgesetzt haben. Damit hat er viel bewegt – aber er ist auch angeeckt. Als ich ihm zum ersten Mal begegnet bin, hatte er seine offiziellen Aufgaben in der Stiftung längst weitergegeben, er war aber nach wie vor noch regelmässig Gast auf dem Rütthubel und setzte sich auch mit den aktuellen Entwicklungen auseinander. In diesem Sinn kam er auch auf mich zu, als ich meine Aufgabe auf dem Rütthubel übernommen hatte. Er nahm sich immer wieder Zeit, mir seine Überlegungen zu Grundsatzfragen und konkreten Umsetzungen gut vorbereitet zu erläutern. Das war wertvoll. Ein schönes Beispiel ist die Errichtung der «Chrämerei» im Lichthof. Zunächst hatte er grosse Mühe mit die-

sem neuen Element im Lichthof – nach der Eröffnung und einigen Gesprächen wandelte er sich aber vom Kritiker zum treuen Kunden unseres Bio-Ladens.

Ein besonderer Aspekt unseres Kontaktes war seine Auseinandersetzung mit meiner Parkinson-Krankheit. Mehrfach hat er sich Überlegungen gemacht zu Therapien, die er mir empfohlen hat, aber auch zu Tätigkeiten, die er mir zu meiden riet. So ist ein sehr persönlicher Kontakt mit gegenseitigem Respekt entstanden, welcher mir viel bedeutet hat.

**ROLF WETTSTEIN  
GEHÖRTE ZU JENEN,  
WELCHE IHRE IDEEN  
MIT VIEL HERZBLUT  
UND ENGAGEMENT  
EINGEBRACHT UND  
UMGESETZT HABEN.**





*Bättruf von Fritz Widmer, auf eine Melodie von Otto Spirig, gerufen und gesungen von Franziska Engel-Kälin. Alphörner gespielt von Bruno Bieri und Reto Mettler.*

*Foto:  
Bart Léon van Doorn*

## urCHix, eine Annäherung an die neue Schweizer Volksmusik

*Bart Léon van Doorn*

Lange konnte ich mir unter «Schweizer Volksmusik» nicht viel vorstellen. Bislang hatte ich mich mit der klassischen Musik beschäftigt, und teilweise mit Jazz, Folk, etc.

Natürlich gibt es weltweit eine sogenannte Volksmusik, aber was ist denn das typisch «Schweizerische» und insbesondere das «Neue»? Diese Frage kam auf, als die Idee eines Festivals der neuen Volksmusik im Rütthubelbad konkret wurde. Um darauf einigermaßen schlüssige Antworten zu finden und ein entsprechendes Programm aufbauen zu können, brauchte es die Hilfe von Sachkundigen, das wurde bald klar.

Der Musiktherapeut Otto Spirig und der bekannte Radiomann Benno Kälin erklärten sich bereit mitzuhelfen. Weitere Impulse erhielt ich von Frau Prof. Brigitte Bachmann-Geiser.

Die Auseinandersetzung mit der Schweizer Volksmusik wurde schon bald zu einer faszinierenden Entdeckungsreise. Eine wahre Schatzkammer des musikalischen Schaffens durfte ich betreten. Um ein besseres Verständnis dafür zu bekommen, besuchte ich das bekannte Festival «Alpentöne» in Altdorf. Viele spannende Begegnungen und auch Konzerte im altherwürdigen Tellsaal waren inspirierend. Alles unter dem wachsamen Auge einer Statue des alten Wilhelm.

Natürlich ist in diesem Genre nicht alles nur «Schweizerisch» und «Neu».

Im Bereich der Ländler-Musik kennen wir zum Beispiel «Polka», «Mazurka» und «Schottisch», was auf ebensolche Einflüsse hindeuten kann. Eintauchend in der umfangreichen Literatur wurde mir klar, dass es eine grosse und farbige Palette des regional geprägten Musikschaffens gibt. Auch das eingesetzte Instrumentarium ist sehr vielfältig.

So wird einerseits Traditionelles gepflegt und ein reiches Erbe an Musikalien erhalten, andererseits aber auch versucht, auf dem Überlieferten aufbauend, neue Wege zu gehen.

«Schweizer Volksmusik» lässt sich also nicht über ein rein Schweizerisches definieren, sondern eher mit der Verbundenheit mit dem Schweizerischen, der Landschaft, der Kultur usw. wie dies der Musikethnologe Dieter Ringli eindrücklich in seinem Buch «Schweizer Volksmusik» darlegt.

Die Recherchen, welche im Rahmen der Festivalplanung durchgeführt werden mussten, entpuppten sich für mich als eine wahre Schatzsuche. Was ursprünglich im Fach «Hudigägeler» und «Bluemets Trögli» abgelegt war, zeigte sich jetzt in einer faszinierenden Vielfalt: Eine wahre Entdeckungsreise begann. Es fanden in kurzer Zeit viele Begegnungen statt mit KennerInnen und KönnernInnen.

## «EINE WAHRE SCHATZKAMMER DES MUSIKALISCHEN SCHAFFENS DURFTE ICH BETRETEN.»

nen. Eine begeisternde Musikalität und Virtuosität leben in den Sälen der Grossstädte und in der Einsamkeit der abgelegenen Täler und Almen.

So nahm die Idee des Festivals urCHix konkrete Formen an.

Wichtiger Teil der Programms sollte der «Betruf» oder «Alpsegen» sein, jeweils abends vor den Konzerten.

Diese jahrhundertealte Tradition ist ein Sprechgesang, den die Sennen zum Schutz ihrer Herde von den Alp-Höhen ins Tal rufen. Es wird dazu ein hölzerner Milchtrichter, in der Innerschweiz «Volle» genannt, als eine Art Megafon benutzt.

Pro Helvetia hatte, im Rahmen ihres Wettbewerbsprojekts «echos – Volkskultur für morgen» zur Entwicklung von Projekten angeregt.

Eins davon, «Loba Town» (nach dem «Loba, zuä Loba, i Gottes Name Loba!») übertrug den Alpsegen in einen städtischen Kontext. Mit riesigen Vollen wurden moderne Alpsegen in verschiedenen Städten zum Klingen gebracht. Angeregt durch diese Idee gelang es, eine dieser «Riesenvollen» für unser Festival zu übernehmen. Im ersten Festivaljahr erklang der Alpsegen des Rappers Greis, in den zwei darauffolgenden Jahren derjenige des bekannten Berner Troubadours Fritz Widmer.

Eindrücklich die besinnliche Stimmung, welche jeweils während des Betrufs spürbar wurde.

Drei Ausgaben des Festivals konnten wir durchführen mit Konzerten, Vorträgen, Jodelkursen, Workshops, einer Instrumentenausstellung, usw.

Dann musste leider festgestellt werden, dass das Festivalformat für das Rütihubelbad nicht das richtige war. Wir mussten andere Formen für die Durchführung finden.

Und dann passierte das, was Projekte manchmal machen: Sie ziehen sich in den Hintergrund zurück, verstecken sich in einer Ecke und schauen uns von dort erwartungsvoll an. Dieser Prozess dauerte im Falle von urCHix 10 Jahre.

Und jetzt können wir uns sehr freuen auf ein «urCHix der anderen Art». Kleine, aber feine Einzelkonzerte, vorzugsweise immer am letzten Freitag des Monats, dies

an der «Stubete»-Tradition anknüpfend. Schon bald fanden sich Gleichgesinnte, und die Bereitschaft, trotz Corona-Krise weiterhin Musik zu machen, war gross.

Die Planung gelang gut, die Durchführung wurde aber immer wieder von neuem von den Massnahmen verhindert. Jetzt konnten wir aber, am letzten Freitag im April, doch loslegen mit einer musikalischen Hommage an die Emmentaler Halszither, die hier «Hanottere» heisst. Lorenz Mühlemann und Thomas Keller gestalteten ein wunderbares Programm mit traditionellen aber auch einigen Eigenkompositionen. Vor Beginn und nach Abschluss wurden Filmsequenzen gezeigt mit Kunst des Malers Menel Rachdi und Klangimpressionen aus dem Emmental von Christoph Kuhn.

Photographien von Verena Zürcher bildeten das «Bühnenbild» während des Konzerts.

Da sind wir also wieder: Die (neue) Volksmusik lebt, auch im Rütihubelbad. Weitere Einzelkonzerte im urCHix-Programm werden folgen. Entdecken Sie diese grossartigen Musiksparte und besuchen Sie uns. Wir freuen uns auf Sie!

### Quellen:

Dieter Ringli: *Schweizer Volksmusik.*

*Von den Anfängen um 1800 bis zur Gegenwart.*

Müllrad Verlag. ISBN-10: 3-033-00826-7,

ISBN-13: 978-3-033-00826-7

Brigitte Bachmann-Geiser: *Das Alphorn.*

*Vom Lock- zum Rockinstrument.*

Haupt Verlag. ISBN 3-258-05640-4

Otto von Greyerz (hrsg.) *Im Röseligarte.*

*Schweizerische Volkslieder.*

Zytglogge Verlag. ISBN 978-3-7296-0755-2

Karoline Oehme-Jüngling: *Volksmusik in der Schweiz.*

*Kulturelle Praxis und gesellschaftlicher Diskurs*

Waxmann/SGV. ISBN 978-3-8309-3419-6



*Eine Volle, allgemein als Milchtrichter und für den Alpsegen in Gebrauch.*

Alle Programminformationen und Tickets online:  
[www.erato-kultur.ch](http://www.erato-kultur.ch) und [www.ruettihubelbad.ch](http://www.ruettihubelbad.ch)

**ERATO**  
Kulturbüro

