

Rüttihubelbad 
MITTEILUNGEN

RESILIENZ
ARBEIT IN DER BAUGRUPPE
MENSCH UND KUNST

AUSGABE 115 | JUNI 2022

Liebe Leserinnen, liebe Leser

... UND OB DER OHNMACHT DIE WIR ERLEBEN KÖNNEN,
FINDEN WIR DOCH EINE WESENTLICHE,
UNS ALLEN GEMEINSAME ERKENNTNIS:
DASS DER FRIEDE ZUNÄCHST IN DER EIGENEN SEELE
ERRUNGEN WERDEN MUSS.

Kaum hatten die Behörden begonnen die einschränkenden Massnahmen des Covid-19 aufzulösen, erreichte uns die erschreckende Nachricht über die Invasion in der Ukraine. Einmal mehr halten negative Schlagzeilen die Menschen weltweit im Griff. Und vielleicht sind wir darüber – obwohl räumlich weiter entfernt als die allgegenwärtige Gefahr einer Ansteckung mit dem Virus – selber noch stärker betroffen als bei der Pandemie. Fassungslos erleben wir die undenkbar scheinenden Geschehnisse und finden kaum Worte, unsere Bestürzung und Trauer auszudrücken.

Wie bei der Pandemie fehlen uns Orientierungspunkte. Wir möchten verstehen, uns ein Bild machen und kommen aufgrund sich stark widersprechender Informationen in eine noch grössere seelische Not. Wie konnte es soweit kommen? Wie ist es heutzutage, in einer sich zivilisatorisch hochstehend nennenden Gesellschaft möglich, dass Meinungsverschiedenheiten nicht im Gespräch gelöst werden können? Wieso können wir uns nicht von Mensch zu Mensch begegnen und einander zu verstehen suchen? Bis zuletzt hoffte ich persönlich auf die «Raison», auf die Einsicht, den gesunden Menschenverstand und die Verantwortung der Regierenden. Es kam anders, obwohl ein Krieg in keiner Weise zu rechtfertigen ist!

Was haben wir noch alles zu erwarten? Was wird auf uns zukommen? Sorgen und Ängste überkommen uns! Berichte über die steigende Inflation, über Energieknappheit, über sich ausbreitenden Völkerhass oder gar über einen dritten Weltkrieg beengen unsere Seelen. Wie kann, wie soll es weitergehen?

Bei den unzähligen Antworten die man sich, je nach kulturellem Hintergrund, auf diese Fragen geben kann und ob der Ohnmacht die wir erleben können, finden wir doch eine wesentliche, uns allen gemeinsame Erkenntnis: Dass der Friede zunächst in der eigenen Seele errungen werden muss. Hier eröffnet sich ein weites Übungsfeld, welches das Wagnis der Selbsterkenntnis und den Mut zur Selbstlosigkeit einschliesst. Bemüht sich eine jede und ein jeder von uns darum, kann da und dort vielleicht ein kleines Friedenslicht aufleuchten und vom eigenen Herzen aus, über Grenzen ausstrahlen.

*Stefano Corona,
Geschäftsleiter*



Resilienz

WAS UNS ALS
EINE SCHWERE
PRÜFUNG
ERSCHEINT,
ERWEIST
SICH OFT ALS
SEGEN.
– OSCAR WILDE

Cornelia Messerli

In den letzten zwei Jahren sind durch die Pandemie viele Menschen an ihre Belastungsgrenzen gestossen. Krisen, Stress, Misserfolge und Enttäuschungen erleben die Meisten und bestimmt finden viele von uns in ihrem Umfeld Menschen, die trotz diesen Umständen gesund und beinahe gelassen bleiben. Wie schaffen sie es, wieder ihr emotionales Gleichgewicht und ihre innere Stärke zu finden?

«Resilienz» stammt vom lateinischen Wort «resilire» und bedeutet zurückspringen, abprallen. Im Duden wird Resilienz als «psychische Widerstandskraft; Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen» beschrieben.

Weshalb haben einige Mitmenschen mehr Resilienz als andere? Machen sie etwas Spezielles? Bevor wir uns diesen Fragen widmen, gehen wir zu den Anfängen zurück.

Die vier Wellen der Resilienzforschung

In der ersten Welle in den 1950er Jahren stand die Suche nach Prädiktoren für Resilienz im Vordergrund, um eine Resilienzdefinition zu schaffen. Den Grundstein dafür legte Emmy Werner mit ihrer Kauai-Studie. Es ging in dieser Phase der Resilienzforschung darum, gutes Funktionieren im Zusammenhang mit Risiken bzw. Widrigkeiten zu messen, zu beschreiben und anschliessend zu definieren.

Die daraus entstandenen Ergebnisse lieferten für die zweite Welle die Basis, sich mehr auf die Prozesse der Resilienz zu konzentrieren und sich eher die Frage nach dem «Wie» zu stellen. Einen besonderen Beitrag zur Forschung leistete in dieser Welle Aaron Antonovsky mit seinem Konzept der Salutogenese.

In der dritten Welle wurden die bisherigen Resilienzdefinitionen auf den Prüfstand gestellt. Gleichzeitig konzentrierte

sich die Forschung nun auch auf resilienzfördernde Interventionen. Ein Beispiel hierfür ist das «Zürcher Ressourcenmodell» von Maja Storch und Frank Krause.

Die vierte, grosse Welle wird letztendlich von technologischen und wissenschaftlichen Fortschritten in Genetik, Statistik, Neurowissenschaft und Neuroimaging angestossen. Resilienz wird in dieser Phase zu einer multidisziplinären Wissenschaft mit dynamischen und systemorientierten Ansätzen. Es geht nun darum, sich auf die Wechselbeziehung zwischen Anlagen und Erfahrungen und Menschen und Kontexten einzulassen. Dabei werden verschiedene Analyseebenen miteinander verbunden.

Obwohl zu Beginn der Resilienzforschung noch davon ausgegangen wurde, Resilienz sei das Gegenstück zur Vulnerabilität, also eine Art der Unverletzbarkeit, so zeichnet die heutige Forschung ein anderes Bild: Es ist das Wechselspiel zwischen den sogenannten Schutzfaktoren und Risikofaktoren, das massgeblich über die psychische Gesundheit entscheidet.

Nun kommen wir auf die Frage zurück, weshalb nicht alle die gleiche Resilienzfähigkeit zur Verfügung haben.





GRUNDHALTUNGEN PRAKTIKEN

Die Sieben Säulen der Resilienz

Das Modell der sieben Säulen der Resilienz nach Franziska Wiebel ist ein Modell zur Stärkung der inneren Widerstandskraft. Ziel ist es, die Säulen auszubauen und ins Gleichgewicht zu bringen. Die Säulen bestehen aus vier Grundhaltungen und drei Praktiken.

Optimismus

Das ist ein positiver, aber auch realistischer Blick auf Situationen und Bewertungen. Krisen werden als zeitlich beschränkt gesehen und Zuversicht hilft beim Überstehen von schweren Situationen.

Akzeptanz

Es geht hier sowohl um die Selbstakzeptanz und die Selbstannahme, wie auch um die Akzeptanz des Problems. Nur wenn sowohl Hindernis und eigene Grenzen akzeptiert werden ist es möglich, über sich selbst hinaus zu wachsen.

Lösungsorientierung

Es geht um die eigenen Zielvorstellungen und auch um den Aufbau einer Lösungsstrategie. Die massgeblichen Faktoren hierfür sind Motivation und zukunftsorientiertes Handeln.

Bindung

Genau wie für Kinder sind auch für Erwachsene soziale Beziehungen enorm wichtig. Sie machen einen grossen Teil unseres seelischen Wohlbefindens aus.

Selbstwahrnehmung

Durch einen guten Kontakt mit sich und seinem Körper fällt es einfacher, Stress wahrzunehmen und darauf reagieren zu können.

Selbstreflexion

Das ist das Feedback an uns selbst in Abgleichung mit der Fremdwahrnehmung. So können wir unsere Handlungen in Krisensituationen besser einschätzen.

Selbstwirksamkeit

Wir können aktiv etwas an unserer Situation ändern, oder zumindest können wir an ihrer Bewertung arbeiten. Selbstwirksamkeit ist die Erkenntnis, dass Handlungen Folgen haben, die sich ggf. auch auf die Umwelt auswirken.

*Aus: Resilienz Akademie,
resilienz-akademie.com*

Je nachdem, ob ein Mensch in seinem bisherigen Leben diese sieben Säulen stärken und entwickeln konnte, wird er über mehr oder weniger Resilienz verfügen. Neben der Reizüberflutung in der modernen Welt gibt es zum Glück auch unzählige Möglichkeiten, um zu innerer Ruhe und Gelassenheit und somit zu mehr Resilienz zu finden. Dabei kann es hilfreich sein, zu überlegen, was Sie in schwierigen Zeiten entlastet hat, welche Strategien Ihnen geholfen haben, wie Sie Ihr Selbstvertrauen gestärkt haben. Die auf *Seite 5* genannten Grundhaltungen und Praktiken sind dabei ein hilfreicher Leitfaden. Lassen Sie sich darauf ein und hinterfragen Sie Ihre Resilienzfähigkeit. Schon kleine Übungen, wie zum Beispiel am Abend den Tag Revue passieren zu lassen und sich zu fragen «konnte ich heute positiv handeln und wirken?» sind ein erster Schritt.

In der Literatur finden sich unzählige Sachbücher, welche wertvolle Tipps zum Thema Resilienz und ihrem Umgang vermitteln. Wer lieber eine persönliche

Unterstützung wünscht, findet diese bei Resilienz-Coachings, um nur eine Möglichkeit zu nennen. Um zu innerer Gelassenheit und Stärke zu finden, sind Entspannungsübungen, welche zum Beispiel im Yoga zu finden sind, hilfreich. Es gibt viele weitere Angebote, wichtig ist nur, dass Sie die für Sie stimmige Entspannungsart finden. Alles zusammen unterstützt Sie auf Ihrem Weg zu mehr Resilienz.

Auch für die Stiftung Rütthubelbad als Arbeitgeberin ist das Thema Resilienz präsent, denn auch Unternehmen sind nicht vor kleinen und grossen Krisen gefeit und benötigen Widerstandsfähigkeit, also Grundhaltungen und Praktiken, welche die Resilienz stärken. Wir können uns zwar auf zukünftige Entwicklungen einstellen und unsere Strategie danach ausrichten, jedoch werden die Zyklen immer kürzer und immer schneller. Wir sind also in puncto Flexibilität gefordert und die erreichen wir, indem wir reflektieren und unsere Lehren aus der Vergangenheit ziehen.

Mit unserem anthroposophischen Menschenverständnis, unserem Qualitätssicherungssystem «Wege zur Qualität» und unserem Leitbild, in dem ein respektvoller, wertschätzender und empathischer Umgang untereinander, mit Ressourcen und unserer Umwelt wichtig sind, besitzt die Stiftung Rütthubelbad bereits einige Grundlagen, um die unternehmerischen Fähigkeiten zur Resilienz weiter ausbauen zu können. Um die Mitarbeitenden in ihrer Resilienz zu stärken, bieten wir Ihnen Kurse an, welche auf Arbeitszeit besucht werden können. Dabei handelt es sich um die beiden Angebote «Eurythmie» und «Singen», welche in den Räumlichkeiten der Stiftung Rütthubelbad von ausgebildeten externen Fachkräften geleitet werden.



Normal

Bart Léon van Dorn

ES STIMMT, DIE MENSCHHEIT WURDE WELTWEIT VON DER CORONA- PROBLEMATIK IN ATEM GEHALTEN.

In kürzester Zeit folgte Massnahmenpaket auf Massnahmenpaket. Angefangen mit ersten Vermutungen wurde im Eiltempo eine ausserordentliche Lage erreicht.

Auffallend vor allem, wie kontrovers die Situation beurteilt wurde, teilweise gar polemisch. Es fiel mir in dieser Situation nicht leicht, eine einigermaßen nüchterne Haltung dem Ganzen gegenüber zu behalten.

Hand aufs Herz: wussten Sie immer genau, was richtig und was weniger richtig war? Die mediale Flut zum Thema war manchmal mehr hinderlich als hilfreich. Je nach Auflagenstärke klangen die Berichte verschieden. Aber das Phänomen kannten wir ja schon von den Hypes um Prinzen und Prinzessinnen, Top-Models und Helden des Sports, nicht wahr? Geld und Sensation haben sich verbrüdet, die Brötchen, die sie gemeinsam backen, sind total versalzen.

Aber was solls, wir sollten uns nicht beklagen, schliesslich scheint es so, als sei das Schlimmste überstanden. Wir dürfen wieder alles machen, die Corona-Ängste scheinen überwunden, wir haben gelernt, mit dem Thema umzugehen.

Nun ja, wenigstens einigermaßen. Einfach so in einen Laden reinlaufen ohne Hygienemaske ist ungewohnt. Ich schaue um mich, ob mich jemand beobachtet. Nichts. Also weiter. Anschliessend Termin beim Coiffeur. Ich muss keine durchweichte Maske mehr vor dem Gesicht halten, damit der um meine Ohren herumschneiden kann. Aber der Coiffeur hustet ...

Inzwischen bin ich leicht schreckhaft und laufe konzentriert über die Strasse, mit Abstand versteht sich. Ich begegne einem Bekannten, der mir die Hand schütteln will! Gehts noch? Was ist denn mit dem los? Im Café hat es zum Glück noch Platz. Aber kein Desinfektionsmittel. Ein Mann am Nebentisch sieht etwas kränklich aus. Ich zügeln mit dem Kaffee auf die Terrasse, weil es so schönes Wetter ist. Allerdings geht eine eiskalte Bise, aber das soll gesund sein.



Es ist doch eigentlich eine Zumutung, dass ich zum Einkaufen überhaupt aus dem Haus muss. Und bezahlen mit Paypal kann ich beim Metzger auch nicht, der Typ lebt im vorigen Jahrhundert. Mit meinem Physiotherapeuten muss ich persönlich sprechen, dabei war das über Skype viel einfacher.

Heute leben wir zum Glück wieder in der normalen Lage.

Von wegen normal, ich kann mich nur schwer an alle diese Unvorsichtigkeiten gewöhnen.

Aber bleiben wir doch optimistisch und schauen auf die Vorteile, welche uns in den letzten zwei Jahren zuteil wurden. Unsere Umgangssprache zum Beispiel wurde um einige kreative Wortschöpfungen reicher. Wussten Sie früher, was ein Schwurbler ist? Oder Covi...en?

Ein Zertifikat erhielt man doch früher beim Kursabschluss? Jetzt wurde das Ding zu einer Art Ausweisergänzung. Eine Welle war doch beim obigen Coiffeur meist von Dauer? Jetzt wurde sie zur Infektionswelle. Eine Herdenimmunität würde eigentlich eine Herde voraussetzen, oder? Dabei dachte ich immer, der Mensch sein eine Individualität. Im Idealfall.

Und dann diese Experten! Unglaublich, wofür es alles Experten gibt. Immer wieder neue Namen tauchen auf, niemand kennt sie, aber sie sind Virologen, Immunologen, Epidemiologen, und noch viele weitere -logen. Den Gipfel der Absurdität wird dann mit dem Titel «Starvirologe» erreicht. Was ein Virenlaborant mit den Sternen zu tun hat, ist mir schleierhaft.

Einiges wurde in dieser Zeit aber auch weniger eindeutig. Früher wusste ich, wenigstens in der Theorie, was eine Impfung ist. Jetzt bin ich mir nicht mehr so sicher. Den Begriff Booster kannte ich nur vom frisierten Auto eines Kollegen.

Und social distancing? Wenigstens das ist bestimmt kein neues, Corona-bedingtes Phänomen.

Während ich diese Zeilen schreibe, niese ich ununterbrochen. Mein Heuschnupfen ist zurück. Soll ich mich darüber freuen?

Alles wieder normal also.

Haben Sie schon einmal helle Schatten gesehen?

DIE FARBAUSSTELLUNG IM SENSORIUM BRINGT UNS MIT SORGFÄLTIG GESTALTETEN, AUSGEKLÜGELTEN STATIONEN DER WELT DES SICHTBAREN, DER WELT DER FARBEN NÄHER. WER DAS ERLEBNIS VOLL AUSKOSTEN WILL, BRAUCHT ZEIT UND RUHE.



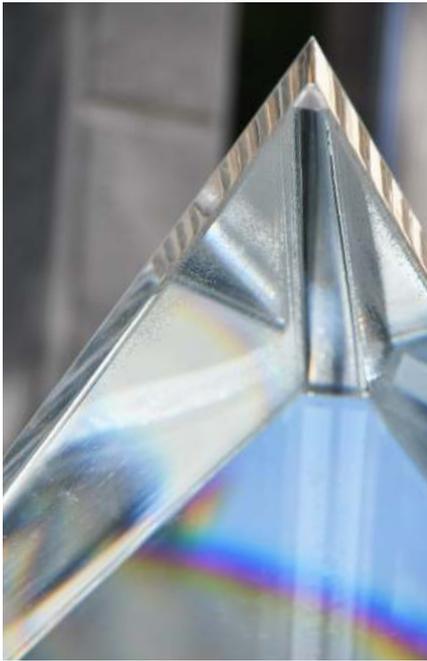
Brigitte Feuz

Die diesjährige Sonderausstellung im Sensorium, Farbe erleben!, führt uns eindrücklich vor Augen, dass unsere Welt vielleicht nicht immer so ist, wie sie uns erscheint. Und dass es im Zusammenhang mit dem Sehen sehr viele Phänomene gibt, die wir in unserem Alltag nicht bewusst registrieren.

Die Wahrnehmung der Welt kann bei verschiedenen Spezies ganz unterschiedlich sein – wir wissen, dass zum Beispiel Vögel mehr sehen als wir und dass sie damit auch für uns unsichtbare Farben wie Infrarot und Ultraviolett zu sehen vermögen. Der Grund liegt darin, dass Vögel sich bei der Nahrungssuche ganz und gar auf die Augen verlassen. Da ist dieses grosse Spektrum hilfreich. Ein Hund hingegen, der stark mit Nase und Gehör jagt, nimmt weniger Farben wahr als ein Mensch. Bienen, Heuschrecken und manche Fledermaus-Arten nutzen polarisiertes Licht, das heisst Licht, das nur noch in einer Richtung schwingt, um sich zu orientieren. Und eine Kamera hält einfach das vorhandene Licht im für Menschen sichtbaren Spektrum fest.

Aber es geht ja beim Sehen nicht nur um die Augen, sondern auch um das Gehirn. Ohne Gehirn, welches die Reize verarbeitet, könnten wir gar nicht sehen. Das vom Auge aufgenommene Licht wird in elektrische Impulse umgewandelt, welche dann über den Thalamus im Gehirn ans Sehzentrum und an weitere Areale der Grosshirnrinde weitergeleitet werden. Jedes Areal erfüllt eine bestimmte Aufgabe. Wenn alle ihre Informationen verarbeitet haben, wird das Ganze zu einem Bild zusammengesetzt. Und bei diesem komplexen Vorgang passiert es, dass unser Gehirn selektioniert, anpasst und ausgleicht, damit wir ein angenehmes Bild bekommen und nicht an schierer Reizüberflutung zugrunde gehen.

Bei den Farben gibt es weitere Experimentierfelder. Man kann sich fragen, was Licht in einer bestimmten Farbe bewirkt, wenn es auf unseren Körper auftrifft. Und ob das dasselbe ist, wie wenn eine Wand diese Farbe hat und wir davor stehen. Das ist ein Forschungsgebiet für Ärzte und Psychologen – aber Sie können das ganz real im Sensorium ausprobieren. Für das



farbige Licht nutzen Sie die Station 6 und für die farbigen Wände gehen Sie durch den Farbkorridor (Station 29, Gang durch das Spektrum). Was spüren Sie? Und wie funktioniert eigentlich die Sache mit den warmen und kalten Farben?

Haben Sie schon einmal helle Schatten gesehen? Oder Farben, die eigentlich gar nicht da sind? Möchten Sie erleben, wie Licht durch ein Prisma in einzelne Farben aufgeteilt wird? Oder wie mit Hilfe eines Prismas plötzlich Farben auftauchen, die sonst nicht «da» sind? Haben Sie überhaupt schon einmal Licht gesehen?

Bei der Station «Farben sehen mit farbiger Beleuchtung» (Nr. 8) warten ebenfalls einige Überraschungen auf Sie. Und wussten Sie, dass Gelb nicht gleich Gelb ist? Probieren Sie es bei der Station 7 aus!

Die Farbausstellung im Sensorium bringt uns mit sorgfältig gestalteten, ausgeklügelten Stationen der Welt des Sichtbaren, der Welt der Farben näher. Wer das Erlebnis voll auskosten will, braucht Zeit und Ruhe. Es lohnt sich, bei den Stationen über längere Zeit auszuprobieren

und zu schauen, was geschieht. Wenn sie sich müde experimentiert haben, können Sie im Picknickbereich und im untersten Stockwerk die Kunstaussstellung geniessen. Das Sensorium hat sechs junge Künstlerinnen und Künstler eingeladen, sich mit dem Thema Farbe auseinanderzusetzen. Durch Fotografie, Malerei, Collagen und Skulpturen haben sie sich die Möglichkeiten von Farbe und Licht zunutze gemacht, um uns in ihre jeweiligen Kunstwelten zu entführen.

Dabei sind sehr unterschiedliche Kunstwerke entstanden. Wissen Sie, was eine Cyanotypie ist und warum sie die Atmosphäre beim Schwimmen perfekt wiedergibt? Bei den Bildern von Andrea Hadem erfahren Sie mehr. In der Fotoserie «Farbe, Licht, Materie» von Sonja Crone lernen Sie banale Alltagsgegenstände auf neue Art zu sehen. Bei den Collagen von Priscilla Currat werden Sie andere Gefühle und Wahrnehmungen bei sich entdecken je nachdem, ob Sie sie aus der Ferne oder der Nähe betrachten. Die Beziehung zwischen Farbe, Material und Betrachter erforscht Dyai Saugay in seinen strukturvol-

len Bildern. Arman Hacikoglu befasst sich mit dem Staunen über den gegenwärtigen Augenblick, welches mit Hilfe einer Fotografie festgehalten werden kann.

Ab Juli 2022 wird die Farbwelt im Rütlihubelbad durch die Kunstaussstellung mit Werken von Jasminka Bogdanovic, Nora Löbe, Johannes Onneken und Eckhard Bendin in der Galerie der Stiftung erweitert. Parallel dazu finden spannende Begleitveranstaltungen, Vorträge und Kurse mit wissenschaftlichem Hintergrund zum Farbthema statt. Tauchen Sie ein in die Welt der Farben!

Weiterführende Informationen finden Sie auf unserer Website oder in den Prospekten im Eingangsbereich des Rütlihubelbad.

sensorium.ch
erato-kultur.ch

Ursprünglich wurde ich von Horst Göring, der damals Stationsleiter war, angefragt, ob ich mit jemandem spazieren würde. Dann kamen weitere Themen hinzu. Die freiwillige Mitarbeit gibt mir Freude, Sinn und Dankbarkeit für mein Leben. Es ist eine gute Schulung für mein eigenes Älterwerden. Es weckt Interesse an anderen Biografien.
– Silvia Bolleter

Wäre Freiwilligenarbeit etwas für Sie?

Brigitte Feuz

Wie viele Alterswohn- und Pflegeheime ist auch das Rütihubelbad sehr dankbar für die Unterstützung durch freiwillige Mitarbeitende. Das Konzept, irgendwo unentgeltlich mitzuhelfen, scheint manchmal in der heutigen Gesellschaft, in der alles Profit abwerfen muss, etwas in den Hintergrund geraten. Heute ist es «in», dass man sich hauptsächlich um sich und seine eigenen Angelegenheiten kümmert. Dabei vergessen wir, dass Menschen soziale Wesen sind, dass die meisten von uns eine altruistische Ader haben – soziologisch gesehen hilft diese unserer Art zu überleben – und dass wir es als sehr befriedigend empfinden, wenn wir jemandem einfach so eine Freude machen.

Vor hundert Jahren war noch klar, dass sich jede Familie um ihre alten Angehörigen kümmert. Heute sind diese Menschen vermeintlich wohlversorgt in einem Altersheim untergebracht und die berufstätigen Generationen vergessen oft, dass Menschen in jedem Alter regelmässige Sozialkontakte brauchen – denn wir sind soziale Wesen. Wie schnell gerade alte Menschen viele ihrer Fähigkeiten verlieren können, wenn die Anregung von aussen fehlt, haben wir während der Corona-Pandemie gesehen. In dieser Situation ist es möglich, dass jemand innerhalb von sechs Wochen eine schwere Demenz entwickelt und sich danach nicht wieder erholt.

Aber auch im normalen Alltag sind zusätzliche Kontakte, Begegnungen und Anregungen zentral. Kein Altersheim kann es sich heute noch leisten, so viele Pflegenden zu beschäftigen, dass diese nebst der Versorgung Zeit haben, um noch ein Weilchen mit ihren KlientInnen zu plaudern oder ihnen vorzulesen. Dieser Austausch, der für beide Seiten sehr bereichernd und befriedigend sein kann, muss von anderer Seite kommen. Zum Teil leisten das die Familien, die Angehörigen und Freunde. Aber diejenigen älteren Menschen, die niemanden mehr haben, sind auf Kontakte im Altersheim und Freiwillige angewiesen.

Die freiwillige Mitarbeit im Alterswohn- und Pflegeheim eignet sich für Menschen, die Freude am Kontakt und Umgang mit älteren Menschen haben. Freiwillige Mitarbeit ist in unterschiedlichen Aufgabenbereichen möglich: In Form von regelmässigen Besuchen, Gesprächen oder Vorlesen, individueller Begleitung einer Person, auch von sterbenden Menschen, Mithilfe in den Gruppen oder Anlässen der Aktivierung, im «Chörli» mitsingen oder in der Leiergruppe mitspielen, Autofahrten und die Begleitung zum Arzt, Einkauf oder Ausflug, mitgestalten und Begleitung von Feiern oder kulturellen Anlässen oder indem man einen Wochenbeginn gestaltet und hält.





Ich habe entdeckt, dass ich wieder Erwarten Freude daran habe, einen Wochenbeginn zu gestalten

– **anonym**

Ich habe mich für Freiwilligenarbeit entschieden, weil es in meiner Natur liegt zu helfen wo nötig. Wir alle sind aufeinander angewiesen und alles ist voneinander abhängig. Die Arbeit gibt mir Dankbarkeit und Zufriedenheit.

– **Tenzin Dolma**

Ich wurde immer wieder angefragt und es ergaben sich schöne Beziehungen. Und ich kann bei der Freiwilligenarbeit weiterhin in Kontakt mit dem Rüttihubelbad und der Anthroposophie bleiben.

– **Franziska Mätzener**

Ich durfte hier erkennen, dass das Älterwerden zwar schwierig und schmerzhaft sein kann, dass man es aber durchaus auch mit Humor nehmen kann. Ich erlebe die Freiwilligenarbeit als lehrreich und bereichernd.

– **Brigitte Feuz**

Ich habe mich für Freiwilligenarbeit entschieden, um meine Kräfte und Fähigkeiten nicht brach liegen zu lassen, sondern meinen persönlichen Beitrag ins grosse Ganze einzubringen. Ich kann hier Kontakte und persönliche Beziehungen verschiedenster Art pflegen. Dadurch erhalte ich eine Weiterbildung im weitesten Sinn, dies auch beim Erarbeiten von Themen für den Wochenbeginn.

– **Margrit Burch**

Ich bin langjährige Mitarbeiterin im Altersheim gewesen und mir ist das Rüttihubelbad seit Anbeginn wichtig. Ich kann langjährige Kontakte pflegen, an mir wichtigen Aktivitäten teilnehmen – aktiv und begleitend. Ich kann beobachten, mitdenken, lernen.

– **Ruth König**

Bei Interesse nehmen Sie bitte Kontakt auf mit dem Alterswohn- und Pflegeheim

031 700 81 80
altersheim@ruettihubelbad.ch

Wir arbeiten in der Baugruppe!

DIE ARBEIT IN DER BAUGRUPPE IST ABWECHSLUNGSREICH
UND DESHALB ARBEITEN WIR GERN HIER.



Brigitte Feuz

Die Baugruppe des Rütthubelbad ist zuständig für Umgebungspflege auf dem Areal der Stiftung, Pflege des Waldes sowie Recyclingtouren im Alterswohn- und Pflegeheim. Sie verkauft Brennholz und hilft bei Umzügen von BewohnerInnen des Rütthubelbad. Sie macht ausserdem Renovationen der Parkettböden innerhalb der Gebäude, streicht Wände und hängt die Weihnachtsbeleuchtung auf. Auch Schneeräumen und Rechen gehört zu ihren Aufgaben. Die Mitarbeitenden entsorgen Grobsperrgut und putzen im Werkstattgebäude. Zusätzlich gehen pro Woche zwischen ein und zehn Aufträgen aus der ganzen Stiftung ein. Da müssen zum Beispiel Bilder aufgehängt oder Möbel zusammengebaut werden.

Nach ihren Vorlieben bei der Arbeit gefragt, sagt Karina*, dass sie am liebsten die Werkstatt putzt. Azmi* sägt gern, Linus* mag Holz spalten, sägen und malen. Raffaele* und Felix* machen alles gern. Chefin Tamara erledigt immer die ungeliebten Aufgaben zuerst.





Als ich wissen will, was sie nicht so gern machen, nennt Linus «Geduldsarbeit», Azmi putzt nicht gern und sie machen alle nicht gern zu lange dasselbe. Und sie verraten mir, dass ihre Chefin Angst vor Spinnen hat.

Wenn sie einen Wunsch frei hätten, möchten sie Ausflüge machen, zum Beispiel in den Europapark, ins Kino gehen oder bei heissem Wetter mal spontan in die Badi und Glace essen.

Alle empfinden ihre Arbeit in der Baugruppe als abwechslungsreich und das war auch bei den meisten der Grund, dort arbeiten zu wollen. Raffaele hatte in verschiedenen Werkstätten geschnuppert und ist dann in die Baugruppe reingerutscht, Linus war zuerst in der Gärtnerei und auf der Warteliste für die Baugruppe. Er hat am Dienstagnachmittag noch einen externen Job in einem Schulhaus. Auch Felix war vorher in der Gärtnerei, wünschte sich jedoch mehr Abwechslung. Karina arbeitete zuvor in der Hauswirtschaft und sehnte sich ebenfalls nach mehr Abwechslung. Azmi hat die Baugruppe am Freitagvormittag im Wald kennen gelernt und fand das eine gute Sache.

Chefin Tamara Wüthrich hat im Frühling 2022 die Leitung der Baugruppe übernommen. Auf meine Frage, was denn aus agogischer Sicht besonders wichtig sei beim Arbeiten mit Menschen mit Unterstützungsbedarf meint sie, dass sie die Arbeiten auf die Mitarbeitenden zuschneidet, dass man alles gut erklären und dann auch nachkontrollieren sollte. Die Mitarbeitenden empfinden das nicht als Schikane, sondern auch als Bestätigung ihrer Arbeit. Eine enge Begleitung ist nötig. Dann gibt es auch Arbeiten wie zum Beispiel die Waldpflege, wo es gesetzlich vorgeschrieben ist, dass immer ein Arbeitsagoge anwesend ist.

Um einen Arbeitstag vorzubereiten, braucht sie am Morgen zwischen 15 und 30 Minuten Zeit für die Einteilung und Zuteilung der Aufgaben. Hier nimmt sie nach Möglichkeit Rücksicht darauf, wer gern zusammenarbeitet. Sie stellt fest, dass ihre begleiteten Mitarbeitenden manchmal wenig Einfühlungsvermögen für andere Begleitete haben. Da kann schon mal jemand ausgegrenzt werden und das zu verhindern, ist die Aufgabe der BegleiterInnen.

Die Führungsrolle hat es mit sich gebracht, dass Tamara mehr Zeit im Büro verbringt als früher. Damit erlebt sie nicht mehr alles mit, was in ihrem Team passiert. Sie übernimmt eher selten Begleitete, die eine eins-zu-eins-Betreuung brauchen – diese arbeiten mit den Arbeitsagogen im Team zusammen, die immer verfügbar sind. Für Tamara hat damit die Bezugspersonenarbeit nicht mehr so viel Gewicht wie früher. Der Rollenwechsel war kein Problem, weil bei der Baugruppe alle Teammitglieder mitdenken und mithelfen, die Verantwortung zu tragen.

Tamara wünscht sich, dass sich alle untereinander gut verstehen und eine gute Atmosphäre herrscht. Sie ist schon eine Weile im Rütthubelbad, kommt aber immer noch jeden Morgen gern zur Arbeit.

** Namen von der Redaktion geändert*

Heiraten Sie im Rüttihubel- bad!

SEIT JAHREN
UNTERSTÜTZT
UNSER GASTRO-
NOMIETEAM
BRAUTPAARE
BEI DER ORGANI-
SATION, UM IHR
GROSSES FEST
UNVERGESSLICH
ZU MACHEN!

NEHMEN SIE MIT
UNS KONTAKT AUF,
WIR BERATEN SIE
GERN.



Annabel Colas

Eine Hochzeit ist ein einmaliges Erlebnis und ein «Ja» muss gebührend gefeiert werden! Das Rüttihubelbad bietet Ihnen dafür die richtige Kulisse.

Das Restaurant Rüttihubelbad ist ein historisches Bauernhaus mit rustikalem und authentischem Charme, umgeben von Wäldern, Feldern und Bergen. Dieser Naturschauplatz ist ein idealer Ort, um abseits des Trubels der Stadt Zeit zu verbringen und natürlich auch, um vor den Traualtar zu treten. Unter den Kastanien mit Blick auf die Berner Alpenkette haben wir schon manche Trauung miterlebt. In unserem schönen Walkringersaal können Sie ein rauschendes Fest feiern und sich anschliessend in unseren einfachen Hotelzimmern zur Ruhe begeben.

Die Vorbereitung der eigenen Hochzeit ist ein spannender, manchmal herausfordernder, aber vor allem schöner Zeitraum. Sie wissen vielleicht seit kurzem, dass Sie heiraten werden und möchten mit der Planung Ihrer Hochzeit beginnen? Aber bei so vielen Ideen und Möglichkeiten wissen Sie nicht, wo Sie anfangen sollen?

Hier einige hilfreiche Punkte: Überlegen Sie sich rechtzeitig, wann ihr Anlass stattfinden soll und reservieren Sie frühzeitig die Kirche und den Ort für das anschliessende Fest. Legen Sie fest, wie viele Personen teilnehmen sollen und klären Sie, ob Sie Übernachtungsmöglichkeiten brauchen – und ob die im Rüttihubelbad vorhandenen Zimmer ausreichen. Wir reservieren Ihnen gern weitere Zimmer in einem nahe gelegenen Partnerhotel. Wie soll der Ablauf Ihres Anlasses aussehen?

Usem Rüttihubu ...



Lust auf Salziges?

NEUE GAUMENSCHMEICHLER VOM
DEMETER-GARTEN DIREKT INS GLAS

Anabelle Seufert

Im Zuge der Sortimentsüberarbeitung in den Werkstätten der Sozialtherapeutischen Gemeinschaft ist auch die Hauswirtschaft dabei, ihr Sortiment anzupassen. Anlass ist das Gemüse aus der hauseigenen Demeter-Gärtnerei.

Diese lädt dazu ein, die selbstproduzierten Lebensmittel direkt vor Ort zu verarbeiten. Für die Hauswirtschaft heisst es ab jetzt: Ran an das Gemüse!

Die Frauen in der Hauswirtschaft schnetzeln, kochen, mörsern und legen ein. Zugleich machen sie ganz neue Erfahrungen, wozu Gemüse verarbeitet werden kann.

Eingelegtes, Chutney, Pesto, Senf und Essig ... kreativ & lecker wird es sein. Dabei werden Rezepte aus Grossmutterns Zeiten zu neuem Leben erweckt, gepaart mit der jungen Frische von heute. Natürlich alles saisonal.

So ist das eine oder andere bereits entstanden, manch anderes braucht seine Zeit – wie das Gemüse & die Früchte aus dem Garten.



Doch eher Lust auf Süsses?

Selbstverständlich bleiben unsere vielfältigen Fruchtaufstriche wie Goldmelis-sengelee, Kornellkirschen- oder Aronia-Birnen-Konfi im Sortiment. Ganz aktuell: Rhabarber aus unserem Garten auf vielfältige Weise zubereitet. Als Fruchtaufstrich mit Erdbeeren oder Aprikosen oder auch als Kompott mit Holunderblüten-sirup gemischt.

*Ob Salzig oder Süss, schauen Sie vorbei und probieren Sie!
Unser Bioladen «Chrämerei» ist täglich von 11–17 Uhr
geöffnet und befindet sich beim Ladekafi. (Eingang vis-a-vis
vom Restaurant, beim Blumenladen)*

Warum machen Menschen Kunst?

MUSIK ... KANN DAS NICHT-BENENNBARE BENENNEN
UND DAS NICHT-ERKENNBARE KOMMUNIZIEREN.
– LEONARD BERNSTEIN



Brigitte Feuz

Kunst und Kunstformen gehören zur menschlichen Natur. Wir können sehen, dass in jeder noch so einfachen, naturnahen menschlichen Gemeinschaft Alltagsgegenstände nicht einfach lieblos hergestellt, sondern verziert und für das Auge gefällig gestaltet werden. Die Menschen nutzen die Schönheiten der Natur, bauen sie in Rituale und Handlungen ein, gestalten Wohngelegenheiten, Kleider und vieles mehr.

Bereits in Steinzeitgesellschaften findet man viele künstlerische Zeugnisse und regional unterschiedliche Stile. Kunst scheint ein urmenschliches Bedürfnis zu sein.

Es stellt sich die Frage, was hinter diesem starken Bedürfnis nach Kunst und künstlerischem Tun steckt.

Offenbar beinhaltet Kunst eine Dimension des Nicht-Benennbaren und des Nicht-Erkennbaren, wie obenstehendes Zitat von Leonard Bernstein nahelegt.

Und dieses Nicht-Benennbare und Nicht-Erkennbare scheint so zentral zu sein, dass es Menschen dazu bringt, künstlerisch tätig zu sein und etwas zu tun, das keinem konkreten Zweck dient.

Dass wir uns die Frage nach dem Sinn künstlerischen Tuns überhaupt stellen müssen hat damit zu tun, dass wir unsere Welt immer stärker in Kategorien einteilen und unterscheiden zwischen «Ich» und der «Welt da draussen».

Das war in der Menschheitsentwicklung nicht immer so – der archaische Mensch «erlebte sein Fühlen, Denken und Wollen noch als eine Einheit mit der ihn umgebenden Welt.»

Hartwig Vollbeh, Bewusstseinswandel und schöpferischer Prozess, S. 84

In der heutigen mental-rationalen Bewusstseinsstruktur erkennen wir durch Gegensätze. Unsere Wahrheit gehorcht logischen Gesetzen. Etwas wie Kunst aus einem logischen Gesichtspunkt zu erklären, fällt uns schwer, weil wir sie mit logisch-rationalen Begriffen zu fassen versuchen. Da die Kunst aber das Nicht-Benennbare benennt und das Nicht-Erkennbare kommuniziert, werden wir damit keinen Erfolg haben. Zu sagen, dass Menschen Kunst machen und konsumieren, weil es ein Bedürfnis befriedigt, greift ebenfalls zu kurz, denn es geht um mehr als Selbstverwirklichung und Konsum. Wenn wir vom Nicht-Benennbaren und vom Nicht-Erkennbaren sprechen, kommen wir in Dimensionen, die unseren rationalen Verstand übersteigen. Wir brauchen unser ganzes Denken, Wollen und Fühlen, um uns dort zu bewegen. Man könnte auch sagen, dass wir damit in einen spirituellen oder religiösen Bereich kommen. Das schwingt bei Aussagen vieler bekannter KünstlerInnen mit, zu Beispiel, wenn Bernstein über Johann Sebastian Bach sagt, dass jede einzelne Note in seinem Werk Gottesdienst sei.

Rudolf Steiner drückt die Verbindung zum Nicht-Benennbaren und Nicht-Erkennbaren so aus:

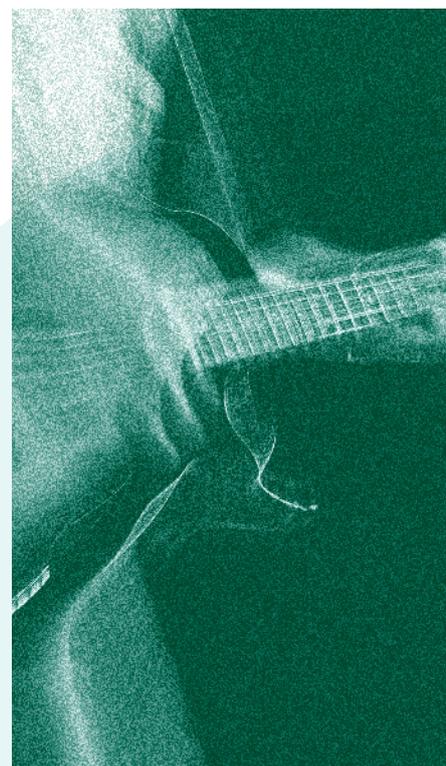
Eine Beziehung zum Geistigen, zum realen Geistigen, nicht bloss zum gedachten Geistigen, braucht die Kunst. Der Künstler könnte gar nicht in seinem Stoffe schaffen, wenn in ihm nicht der Impuls lebte, der aus der geistigen Welt heraus kommt. Damit ist aber zu gleicher Zeit auch auf den Ernst im Künstlerischen hingewiesen, neben dem Ernst im Erkennen, neben dem Ernst im religiösen Erleben. Von diesem Ernst im Künstlerischen, das lässt sich nicht leugnen, ist in vieler Beziehung unsere materialistisch fühlende Welt und Menschheit abgekommen.

*Rudolf Steiner,
GA 276, S. 62,63*

Der Künstler lebt seine Verbindung zur geistigen Welt und bezieht seine künstlerischen Impulse von dort. In der geistigen Welt findet der Mensch alle möglichen Formen, Farben, Motive, Töne usw., denn dort existiert alles bereits.

Damit könnte man sagen, dass künstlerisches Tun ein laufender Reinkarnationsprozess ist. Die Künstlerin erfindet nichts Neues, sondern schöpft aus einem unerschöpflichen Reservoir an Möglichkeiten und hat in dem Moment eine direkte Anbindung zur geistigen Welt.

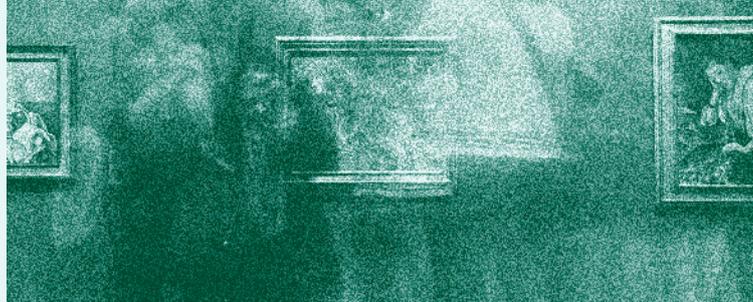
Hier treffen wir auf das menschliche Bedürfnis nach spiritueller Nahrung – Menschen funktionieren ja nicht nur auf der körperlichen Ebene. Wir sind Wesen mit einer körperlichen, seelischen und geistigen Dimension, und auch die See-



le und der Geist brauchen ihre Form der Nahrung. Kunst, die eine Beziehung zum Geistigen hat, kann Menschen auf dieser Ebene nähren und damit ein menschliches Grundbedürfnis erfüllen.

Dabei spielt es keine Rolle, ob ein Mensch ein Kunstwerk erschafft oder ob er es betrachtet. Bei beiden Tätigkeiten läuft ein schöpferischer Prozess ab, denn auch beim Betrachten eines Kunstwerks oder beim Spielen eines Musikstücks wird das Kunstwerk in dem Augenblick vom Menschen neu, in seiner Art und Weise, in seiner Interpretation, erschaffen.

Im «I Ging» steht, dass das Schöpferische eine geistig tätige Urkraft sei, die nicht räumlich gebunden ist, sondern Bewegung. Es ist ausserhalb von Raum und Zeit – da haben wir die Anbindung ans Transzendente. Das Schöpferische ist immer im Werden begriffen. Um schöpferisch tätig zu sein, braucht es Wille, Beharrlichkeit und Hingabe. Damit ist nicht eine passive Hingabe gemeint, wie sie heute oft verstanden wird, sondern es handelt sich um ein aktives, willenshaftes und kraftvolles Geschehen. Das kann man



zum Beispiel erkennen, wenn man schaut, wie viel Willenskraft die Hingabe an eine Meditation erfordert.

Nun kommt noch eine weitere Dimension hinzu, weil nicht nur der Künstler auf das Kunstwerk einwirkt, sondern das Kunstwerk wirkt auf den Künstler zurück.

Zugleich muss der Künstler zulassen, dass er durch ihn, den Stoff, den er formt, selbst geformt wird. Er gibt sich hin an das Schöpferische, als dem Ursprung seines Gestaltens und an den zu gestaltenden Stoff. Dies ist Ausdruck des Einswerdens von Subjekt und Objekt im schöpferischen Prozess und damit Ausdruck einer zeitfreien Gleichzeitigkeit.

*Hartwig Vollbehrl,
S. 80,81*

In dieser zeitfreien Gleichzeitigkeit existieren keine Alltagsprobleme, wir müssen nicht über unsere nächste Aufgabe nachdenken, sondern wir dürfen einfach sein ... mit allem, was wir haben und sind. Wenn Kunst in einem sozialtherapeutischen Kontext eingesetzt wird, wie das im Rütihubelbad der Fall ist, können im künstlerischen Tun auch Fähigkeiten geübt, kann am Dabei-bleiben gearbeitet werden und die Menschen mit Unterstützungsbedarf lernen, in unterschiedlichsten Gruppen miteinander umzugehen.

Auch vom Betrachter fordert das Kunstwerk Bereitschaft und Hingabe. Es dient ihm als Medium für eine eigene geistige Gestalt und regt ihn an, aus seinem Inneren zu schöpfen. Das zeigt auf, dass nicht das fertige Werk das Wesentliche ist, sondern beim Künstler wie beim Betrachter der schöpferische Prozess im Zentrum steht.

Und dieser schöpferische Prozess ist es, der auf die Menschen wohltuend wirkt und sie im Geistigen nährt.

Rudolf Steiner weist dann auf die Gefahr hin, die mit dem Materialismus kommt – er bringt die Menschen dazu, die Verbindung zum Künstlerischen, das aus dem Geistigen stammt, zu verlieren. Eine ähnliche Warnung sprach Hugo Kükelhaus, der Erfinder der «Erfahrungsfelder der Sinne», in seinem Werk «Werde Tischler» aus. Kükelhaus weist dort darauf hin, dass die in moderner Massenproduktion hergestellten Möbel die Verbindung zum Geistigen nicht mehr haben. Damit sind sie nicht gesund für die Menschen, entfremden sie immer mehr. Verantwortbare Formen müssen laut ihm immer zuerst übersinnlich gespürt werden.

Am Beispiel der beginnenden Serienanfertigung von Möbeln sah er eine monumentale Veränderung im Leben der Menschen gegenüber allem, was vorher war, voraus. Nicht mehr nach dem Mass des individuellen Menschen wurden Gegenstände des täglichen Gebrauchs, wie Schuhe, Kleidung, Stühle und so fort, hergestellt, sondern der Mensch sollte sich in die vorgefertigten Masse einordnen.

*Walter Siegfried Hahn, Charlotte Fischer,
Die Sinne erleben. Erfahrungsfelder
zur Entfaltung der Sinne, S. 11*

Lassen Sie uns also künstlerisch tätig sein, sei es als Künstlerin oder als Betrachter, ZuhörerIn, Musiker. Damit nähren wir uns und andere auf der geistigen Ebene – auch und ganz besonders in Krisenzeiten – und tragen etwas dazu bei, uns nicht nur in die vorgefertigten Masse einzuordnen.



InstitutionsleiterIn Alterswohn- und Pflegeheim 80–100%

WÜNSCHEN SIE SICH EINE HERAUSFORDERNDE POSITION IN EINEM VIELSEITIGEN BETRIEB? MIT BLICK AUF DIE BERNER ALPEN, MITTEN IN DER NATUR?

Das Sozial- und Kulturzentrum Rütthubelbad lebt von und für Menschen – davon sind unsere 240 Mitarbeitenden überzeugt. Egal ob im Restaurant oder im Altersheim, ob im Sensorium oder in der Sozialtherapie, ob im Hotel oder an kulturellen Veranstaltungen – immer steht der Mensch im Mittelpunkt.

Unsere respektvolle und wertschätzende Grundhaltung drückt sich in der stetigen Auseinandersetzung mit unserem Wirken und dem umfassenden Verständnis von Mensch und Umwelt aus und spiegelt sich in der Zufriedenheit und Lebensqualität unserer BewohnerInnen, Gäste und Mitarbeitenden.

Per 1. Dezember 2022 oder nach Vereinbarung suchen wir infolge Pensionierung für unser Alterswohn- und Pflegeheim mit rund 75 Mitarbeitenden und 12 Lernenden sowie rund 80 BewohnerInnen eine/-n InstitutionsleiterIn Alterswohn- und Pflegeheim 80–100%.

In dieser Funktion stellen Sie zusammen mit Ihrem Team die hochstehende Qualität der umfassenden Dienstleistungen sicher und verantworten die finanzielle, personelle und fachliche Führung Ihres Bereiches. Als Mitglied des Geschäftsleitungs-Teams gestalten Sie zudem die Entwicklung der Stiftung Rütthubelbad, mit ihren vielfältigen Angeboten, aktiv mit. Sie bringen eine abgeschlossene Berufsausbildung im Bereich Gesundheit/Soziales und eine Weiterbildung zur Institutionsleitung oder ein gleichwertiges Diplom in Personal-, Führungs- und Finanzmanagement mit und verfügen über einige Jahre Berufserfahrung in einer ähnlichen Position. Dank Ihres konzeptionellen Denkens vermögen Sie komplexe Zusammenhänge rasch zu verstehen und Entscheidungen in einem Gesamtzusammenhang zu treffen. Sie sind eine lösungsorientierte, kommunikative Führungspersönlichkeit und überzeugen durch Ihre Sozialkompetenz und wertschätzenden Umgang mit Mitarbeitenden, BewohnerInnen und Angehörigen. Interessieren Sie sich für Anthroposophie oder haben sogar Erfahrung in anthroposophisch erweiterter Pflege? Dann sollten wir uns kennenlernen!

Wir bieten Ihnen eine herausfordernde Position in einem heterogenen Umfeld, das Gestaltung zulässt und Entwicklung möglich macht, ein Kaderteam im Alterswohn- und Pflegeheim, auf das Sie sich verlassen können, ein motiviertes Geschäftsleitungsteam und nicht zuletzt einen attraktiven Arbeitsort.



Ausführliche Informationen zur Stiftung Rütthubelbad finden Sie auf unserer Homepage
ruettihubelbad.ch.

Auskünfte zur Stelle erteilt Ihnen Frau Cornelia Messerli, Leiterin Personalwesen
031 700 82 50

Ihre vollständige Bewerbung senden Sie an
bewerbung@ruettihubelbad.ch

oder via Post:
Stiftung Rütthubelbad, Personalwesen
Rütthubel 29, 3512 Walkringen



Irène Schrepfer 5. SEPTEMBER 1954 BIS 29. APRIL 2022

Irène Schrepfers offene und herzliche Art und ihr Engagement für Menschen mit Beeinträchtigungen waren beeindruckend. Es war ihr ein Herzensanliegen, das Potenzial eines jeden Menschen zu entdecken und sie in ihren Entwicklungsschritten zu unterstützen. Sie arbeitete zuerst als Ressortleiterin «Wohnen» des Gärtnerhauses. In dieser Zeit entstanden nach und nach Wohneinheiten für Menschen, die etwas selbständiger waren und weniger Begleitung brauchten.

Schliesslich wechselte Irène in die Funktion als Institutionsleiterin der Sozialtherapeutischen Gemeinschaft. Sie war eine klar denkende Persönlichkeit, die sich

in vielen Gremien und Verbänden bewegte und stets versuchte, die politischen und gesellschaftlichen Tendenzen in die strategische Ausrichtung der Sozialtherapeutischen Gemeinschaft einzubinden. Sie war auch ein geschätztes und engagiertes Mitglied der Geschäftsleitung.

Ihre herzliche Art als Vorgesetzte, ihr schallendes Lachen, aber auch ihre gradlinige Art, in der sie pointiert ihre Meinung kundtat, sind im Rütthubelbad noch in guter Erinnerung.

Als sich zum ersten Mal die Krankheit bemerkbar machte, überlegte Irène sofort, wie es für den Betrieb weitergehen könnte, und begann, Renate Ritter auf eine mögliche Nachfolge vorzubereiten. 2017 war sie dann gezwungen, ihre geliebte Arbeit im Rütthubelbad zu beenden.

Brigitte Feuz

Monika Folz 25. FEBRUAR 1957 BIS 9. MAI 2022

Monika Folz arbeitete während 21 Jahren in der Sozialtherapeutischen Gemeinschaft als Heileurythmistin, leitete am Kunstmittag die Eurythmiegruppe, führte Gedenkfeiern durch, unterrichtete Flöte und Klavier, leitete die Kammermusikgruppe und hat während vieler Jahre an allen Jahresfesten die Weckmusik geleitet, die jeweils durch das ganze Rütthubelbad ging. Sie hat auf den Wohngruppen und im Garten ausgeholfen, hatte sie doch in ihrer Jugend Biologie studiert und sie war Kursleiterin im Kultur- und Bildungswesen.

Monika ist in Kaiserslautern, Deutschland, mit ihren drei Schwestern aufgewachsen. In ihrer Jugend war sie

eine erfolgreiche Wettkampfschwimmerin. Danach lebte sie viele Jahre in einem tibetischen Kloster in Nordindien. Viele Jahre später entstand ihr Buch, «Im Land der weissen Orchideen» als Erinnerung an diese Zeit. Sie half mit, in Darjeeling eine Teeplantage in Demeterqualität zu gründen und arbeitete dort mit.

Sie gab in verschiedenen Waldorfschulen Eurythmieunterricht, arbeitete lange Jahre im Eurythmie-Verband Schweiz mit, dokumentierte Wasser- und Strömungsforschung mit Fotos und schrieb und illustrierte Kindermärchen.

Monika war ein Mensch, der andere Menschen stark wahrnehmen konnte und sie hatte auch am Schluss, während ihrer Krankheit, ein grosses Urvertrauen ins Leben und in die natürlichen Abläufe der Dinge.



Brigitte Feuz

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Gäste: Aus aktuellem Anlass möchten wir Sie darauf hinweisen, dass Veranstaltungen durchgeführt werden, wenn genügend Anmeldungen eingehen. Um Enttäuschungen im Falle einer Absage oder Verschiebung zu vermeiden, empfehlen wir Ihnen den Vorverkauf zu benutzen. Herzlichen Dank für Ihre Mithilfe.

JULI

02.07. – 09.10.2022

Ausstellung

Farbe erleben!

Gemeinschaftsausstellung

Vernissage: 02.07.2022, 17:00 Uhr

03.07.2022 | 15:30 Uhr

Vortrag mit Nora Löbe

Farbphänomene in

Experiment und Kunst

07. – 10.07.2022

Vertiefungskurs mit Frank Burdich

Übersinnliche Wahrnehmung

AUGUST

27. 08.2022

Seminar mit Renatus Ziegler

Farbwahrnehmung zwischen

Subjekt und Objekt

27.08.2022

Seminar mit Jasminka Bogdanovic

Farbe – Imagination

der Wirklichkeit

28.08.2022

Vortrag mit Lichtbildern
von Jasminka Bogdanovic

Die Entwicklung der Farbe

in der Malerei

SEPTEMBER

10. – 11.09.2022

Seminar mit Hans-Christian Zehnter

Vom Sinn der Sinne

11.09.2022 | 15:30 Uhr

Bildbetrachtungen mit
Jasminka Bogdanovic

in der Kunstaussstellung

«Farbe erleben!»

18.09.2022

Konzert

Anne Neugebauer Harfe

Martin Stöckli Oboe

24. – 25.09.2022

Seminar mit Nora Löbe
und Matthias Rang

Die Farbe in ihren Kontexten

25.09.2022 | 15:30 Uhr

Phänomenbetrachtungen
mit Nora Löbe und Matthias Rang

Polarisation & Dreifarbenprojektion

nach Edwin Land

OKTOBER

02.10.2022 | 15:30 Uhr

Vortrag mit Matthias Rang

Was Newton von Goethe hätte

lernen können – und umgekehrt

09.10.2022 | 15:30 Uhr

Künstlergespräch mit Nora Löbe,
Jasminka Bogdanovic
und Johannes Onneken

«Farbe erleben!»

Finissage Kunstaussellung

07. – 09.10.2022

Kurs mit Wolfgang Weirauch

Was die Naturgeister uns sagen

15.10.2022

Kurs mit Brigitte Feuz

**Heilende Berührungen und Klänge
für den Alltag**

Im Klangparadies, Rütihubelbad 29,
3512 Walkringen

22.10.2022

Kurs mit Martin Rausch

Gewaltfreie Kommunikation

Modul 1

28. – 30.10.2022

Kurs mit Anton Kimpfpler
und Regula Berger

Vom Zusammenwirken von

Menschen und Engeln

NOVEMBER

05.11.2022

Kurs mit Martin Rausch

Gewaltfreie Kommunikation

Modul 2

11. & 12.11.2022

Konzert

urCHix

Neue Volksmusik national

19.11.2022

Kurs mit Martin Rausch

Gewaltfreie Kommunikation

Modul 3

25.11.2022 | 19:30 Uhr

Konzert «Gassenhauer»

Hanneli-musig

Abschiedstournee

26.11.2022 – 08.01.2023

Ausstellung

Bilder von Katja Groll

Vernissage: Samstag, 26.11.2022,
17:00 Uhr

Detailinformationen
und Buchungen

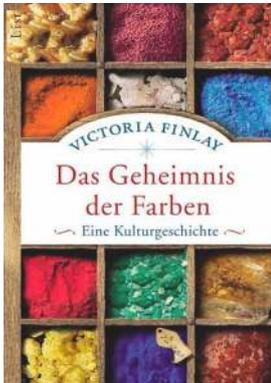
Kurse

erato-kultur.ch

Kulturveranstaltungen

ticketino.com

0900 441 441 (CHF 1.00/Min. FNT)



Victoria Finlay: Das Geheimnis der Farben – Eine Kulturgeschichte

List Verlag in Ullstein
Buchverlage GmbH, Berlin
ISBN 978-3-548-60496-1

«ES MUSS NICHT IMMER GOETHE SEIN»

Bart Léon van Dorn

In diesem Jahr beschäftigen sich das Sensorium und die Galerie mit dem Thema Farbe.

«Farbe erleben!», so der Titel der spannenden Sonderausstellung und einer Reihe begleitender Veranstaltungen. (Das detaillierte Programm finden Sie online unter ruettihubelbad.ch und erato-kultur.ch oder in gedruckter Form in den Auslagen im Hause.)

So verwundert es nicht, dass unser Buchtipps diesmal ebenfalls die Farben zum Thema hat.

Das Buch von Victoria Finlay liest sich wie ein spannender Reisebericht. Der/die Lesende erfährt viel Wissenswertes über die Farben und ihre Herkunft, über die Herstellung von Farben und Vielem mehr. Einiges ist auch sagenumwoben oder kommt als Anekdote daher.

Diese kurzweilige Lektüre ist ideal auch als Reisebegleiter und wird bestimmt immer wieder gerne zur Hand genommen.

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

Herausgeberin

Stiftung Rüttihubelbad
CH-3512, Walkringen

031 700 81 81

info@ruettihubelbad.ch
ruettihubelbad.ch

Spendenkonto

Stiftung Rüttihubelbad
IBAN CH36 0839 0118 8320 0100 0

Auflage

4500 Exemplare
Erscheint 2x jährlich

Druck

rubmedia AG
Wabern



