Rudolf Steiner Schule Basel

Nr. 237 | Sommer 2021

Mitteilungen

Gesundheitsfördernde Aspekte der Steinerpädagogik

Einblick in die 1. Menschenkundeepoche der 7. Klasse

Das Team vom Gemeinschaftsraum sorgt für das leibliche Wohl

Zum Titelbild

Die Wegwarte, lateinisch Cichorium intybus, blüht an Wegrändern und Böschungen, auf Brach- und Ödland und schenkt uns ihr leuchtend-blaues Licht von Juni bis September in den noch milden Vormittagsstunden des erwachenden Tages. Sobald die Sonne am Nachmittag in ihr gleissendes Sommerlicht übergeht, verwelken die Blüten, die jeweils nur einen Tag lang erblühen, sodass ihre Schönheit für den restlichen Tag im Verborgenen bleibt, bis am nächsten Morgen milde Sonnenstrahlen sie erneut zum Leben erwecken. Allerdings an einem eher regnerisch-trüben Sommertag mag sie länger blühen und schickt dann wunderbar blaue Farbtupfer in die triste Stimmung. Die Wegwarte offenbart ihr Geheimnis nicht auf den ersten Blick und nur der geübte Beobachter erkennt, welch wundervolle Pflanze hier weilt. Besonders im Frühjahr mag ein mancher die Bodenrosette der Wegwartenblätter mit jenen des Löwenzahns, einem Verwandten der Wegwarte, verwechseln.

Die Wegwarte ist Sinnbild der treuen Liebe, die mit vergeblichem Warten verbunden ist. So nahm sie Einzug in Mythen und Märchen. Sie steht dabei für die Jungfer, die in treu ergebener Liebe am Wegesrand vergeblich auf ihren Angebeteten wartet, der in den Kreuzzug geritten ist – bis über den Tod hinaus. Und so hatte der Himmel ein Einsehen und verwandelte die Jungfer in eine Blume, die am Wegesrand blüht.

Neben ihrer Schönheit schenkt die Wegwarte auch Gesundendes. Sie enthält Bitterstoffe und gehört zu den Heilpflanzen. Sie hilft bei Verdauungsstörungen wie Appetitlosigkeit, Reizmagen, Leber- und Gallenstörungen und findet in der Pflanzenheilkunde und in der Homöopathie Anwendung.

Auch Richard Bach, der Begründer der Bachblütentherapie, erkannte die Kostbarkeit dieser Pflanze. Die Chicory-Persönlichkeit ist geprägt von grosser Einsamkeit und einem Dürsten nach Liebe, entstanden durch einen gravierenden Mangel an Liebe in der Kindheit. Die Essenz der Wegwarte hilft hier sich wieder mit dem eigenen, göttlichen Urquell der Liebe in sich selbst zu verbinden und so aus vollem Herzen, aus wahrer tiefer Liebe, die sich aus sich selber nährt, geben zu können.

Manuela Krattiger

An einem Sommermorgen

An einem Sommermorgen,
da nimm den Wanderstab,
es fallen deine Sorgen
wie Nebel von dir ab.

Des Himmels heitre Bläue
lacht dir ins Herz hinein
und schließt, wie Gottes Treue,
mit seinem Dach dich ein.

Rings Blüten nur und Triebe
und Halme von Segen schwer,
dir ist, als zöge die Liebe
des Weges nebenher.

So heimisch alles klingt
als wie im Vaterhaus,
und über die Lerchen schwingt
die Seele sich hinaus.

THEODOR FONTANE 1819 – 1898

Liebe Leserin, lieber Leser

«Der Welten Schönheitsglanz …» – mit diesen Worten beginnt der Wochenspruch Rudolf Steiners passend zur Johanni-Stimmung und erinnert mich an meine regelmässigen Spaziergänge entlang der Birs. Hier überkommt mich immer wieder ein tiefer Friede, die Brust weitet sich, der Atem fliesst freier und der Geist kommt zur Ruhe. Das Auge labt sich an der Farbenpracht des Sommers und ein kreisender Milan am stahlblauen Himmel entführt die Gedanken in eine leichte, tragende Welt, von Vertrauen geprägt. Der stolze Reiher, der in stoischer Ruhe aufmerksam am Flussbett wacht, scheint vollkommen zentriert, präsent und sich seiner selbst bewusst. Eine zarte Mohnblume zwischen Steinen blühend verkündet leise: «Man kann auch auf unliebsamem Grund seine Kraft vollständig entfalten.» Und währenddessen erzählt das Rauschen des Flusses alte und neue Geschichten über das Leben.

In jenen kostbaren Augenblicken, in denen ich das Wunder der Schöpfung rund um mich vollständig aufsauge, komme ich in Kontakt mit jener Quelle im Innern, die Frieden schenkt, da ist Vertrauen, und Antworten auch auf grosse Fragen tauchen leise auf. In solchen Momenten, und selbst jetzt beim Schreiben dieser Zeilen, öffnet sich mein Herz, eine tiefe Dankbarkeit für all das Schöne durchströmt mich und ich werde ergriffen von einer tiefen Liebe zu dieser Schöpfung, all ihren Wesen und Ausdrucksformen.

Dankbarkeit und Liebe, diese zwei grossen Kräfte, die durchs Leben tragen, sind grundlegend für die Ausbildung von Resilienz. Gelingt es auch in dunklen Zeiten, bei Schwierigkeiten, Dankbarkeit zu leben und mit der Liebe verbunden zu bleiben, entwickelt man jene Widerstandskraft dem Leben gegenüber, die zentral für ein gesundes Dasein ist. Gesundheit, ein gesundes Leben, eine gesunde Existenz umfasst aber noch einige Aspekte mehr. Welche Elemente der Steinerpädagogik gesundend auf die Entwicklung unserer Kinder einwirken können, werden in der vorliegenden Ausgabe unserer Mitteilungen erläutert.

Manuela Krattiger
Redaktion Mitteilungen

Für Fragen und Anregungen:
redaktion@steinerschule-basel.ch

Inhaltsverzeichnis

Schwerpunkt
Gesundheitsfördernde Aspekte der Steinerpädagogik 6
Einblick in die erste Menschenkundeepoche der 7. Klasse 14
Entwicklung ganzheitlich fördern: Ein Blick auf die Schulheileurythmie 19
Das Team im Gemeinschaftsraum sorgt für das leibliche Wohl 22

Schulleben
Ein Lied 27
Neue Stundenplangestaltung nach den Sommerferien 28

Chronik
Nachruf auf Lotte Thommen Massard 30
Nachruf auf Arne Durrer 33

Forum
Wenn das grosse Glück ausbleibt und die Kräfte nicht mehr reichen 41
Kein Leben in Freiheit und Würde ohne Risiken 49

Bauvorhaben
Aktuelles zum Bauvorhaben 56

Anzeigen 58
Kleinanzeigen 66
Ansprechstellen 67
Impressum 70

Gesundheitsfördernde Aspekte der Steinerpädagogik

«(…) aus Menschenkindern physisch gesunde und starke Menschen zu machen, seelisch freie Menschen zu machen und geistig klare Menschen zu machen.» (Rudolf Steiner, Die geistig-seelischen Grundkräfte der Erziehung, GA 305, Vortrag vom 24.8.1922)

In der gegenwärtigen Situation ist der gesellschaftliche Fokus gelenkt auf die Bekämpfung des Coronavirus und auch stark auf den kranken Menschen. Dies wirkt auf verschiedene Weise bis in die Schule hinein. Wir möchten hier einmal einige grundlegende Elemente der Steinerpädagogik in den Blick nehmen, Beispiele schildern und aufzeigen, wie von Rudolf Steiner bereits bei der Begründung der Waldorfschule ein gesundheitsfördernder Ansatz verfolgt wurde und dass dieser heute so aktuell ist wie vor 100 Jahren – vielleicht noch viel aktueller. Die Steinerpädagogik wurde von Rudolf Steiner entwickelt aus seiner Erkenntnis des Menschen. Es liegt ihr eine Anthropologie, eine Menschenkunde zugrunde. Er konnte neben den vier verschiedenen Organisationsprinzipien oder Wesensgliedern des Menschen (Physischer Leib, Lebensleib, Gefühlsleib und Ich)[1] nach jahrelanger Forschung 1917 auch eine Dreigliederung des Menschen darstellen:[2] Im Kopfbereich sind wir ein Denkender, im Brustbereich ein Fühlender und im Stoffwechsel- und Gliedmassenbereich ein Tätiger, Wollender. Es fliessen Leibliches und Seelisches zusammen.

Im Denken offenbart sich auch die Fähigkeit des Menschen, in der Erkenntnissphäre zu leben, einem Bereich, der nicht physisch erlebbar ist, dem Geistigen. Das Geistige als eigenständige Welt kann sich auch im Fühlen und Wollen offenbaren. So sind wir zudem ein dreigegliedertes Wesen nach Leib, Seele und Geist.

Der Mensch entwickelt sich leiblich-seelisch-geistig von der Geburt an und in die Schulzeit fallen wichtige Schritte dieses Prozesses. In vielen Vorträgen für Pädagogen[3] hat Rudolf Steiner die Entwicklungsschritte des Kindes beschrieben und beispielhaft anregend vermittelt, wie sich aus diesen der Unterricht entwickeln lässt. Das Ziel der Steinerpädagogik ist es, gesunde und freie Menschen aus der Schule zu entlassen, die tatkräftig ihre ureigensten Intentionen verwirklichen können. Rudolf Steiner drückte dies so aus:

«Welcher obersten Erziehungsmaxime entspringt denn gerade eine solche Anschauung? Sie entspringt nämlich dem absoluten Hingegebensein an die menschliche Freiheit, an menschliches Freisein. Sie entspringt dem Ideal, den Menschen so in die Welt hineinzustellen, dass er seine individuelle Freiheit entfalten kann, dass er an der Entfaltung dieser individuellen Freiheit in seinem Leibe kein Hindernis hat. Was wir also durch diese auf das Leiblich-Physische hin orientierte Erziehungs- und Unterrichtskunst ganz besonders anstreben, das ist, dass der Mensch sein Leiblich-Physisches in der richtigen Weise gebrauchen lernt im späteren Leben. Denn es beruht diese Erziehungskunst ebenso sehr auf Erkenntnis wie auf einem gewissen Vertrauen, dass das Leben, gerade wenn es sich in freier Weise gesund entwickelt, am besten sich entfaltet. Natürlich sind diese Dinge alle im relativen Sinn zu nehmen, aber dieser relative Sinn kann schon verstanden werden. Ein Mensch, der während seines schulmässigen Alters dazu getrieben wird, sein Atmungssystem, sein Sehnen- und Knochensystem nicht in richtiger Weise gebrauchen zu können, der wird ein unfreier Mensch im Leben. Und ein Mensch, den man so dressiert,

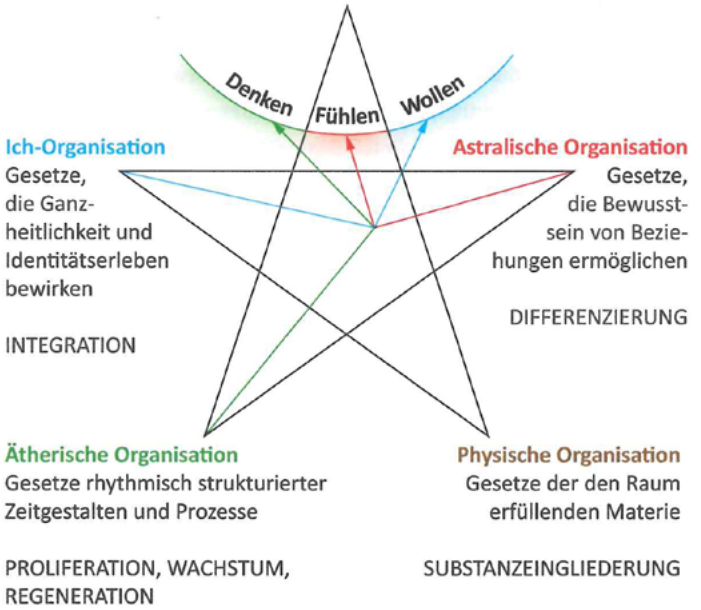


Abbildung mit freundlicher Genehmigung aus: Glöckler, Michaela: Kita, Kindergarten und Schule als Orte gesunder Entwicklung, 2020

dass man sich sagt, er soll diese oder jene Begriffe, diese oder jene Vorstellung für das Leben erwerben, der wird ein unfreier Mensch. Allein derjenige wird ein freier Mensch, den man so erzieht, dass man die Erziehung von den Anforderungen der physisch-leiblichen Entwickelungsnotwendigkeit des Menschen abliest. Vom Menschen selbst muss alles abgelesen werden, was geistig-seelisch mit ihm im schulmässigen Alter vorgenommen werden soll.»[4]

Aus dem anthroposophischen Menschenbild ergibt sich auch ein spezifisches Verständnis von Gesundheit und Krankheit. Es besteht in einem lebendigen Gleichgewichtszustand der vier Wesensglieder und der drei in den leiblichen Systemen Kopf, Brust und Gliedmassen sich offenbarenden Seelentätigkeiten von Denken, Fühlen und Wollen sowie der adäquaten Verbindung von Leib, Seele und Geist.

Jeder Mensch hat diesbezüglich eine individuelle Konstitution. Deshalb kann es keinen allgemein-abstrakten Begriff von Gesundheit geben:

«… denn der Mensch ist so individuell, so als besonderes Wesen gestaltet, dass eigentlich im Grunde genommen jeder und auch schon jedes Kind seine eigene Gesundheit hat, eine ganz besonders modifizierte Gesundheit. Und man kann sagen: So viele Menschen es gibt, so viele Gesundheitsverhältnisse und Krankheitsverhältnisse gibt es.»[5]

Zu diesen Verhältnissen der Wesensglieder gehört ein Wechselspiel von Aufbau und Abbau. Geistig-seelische Tätigkeit baut ab, entvitalisiert, ermüdet und der Lebensleib, oder Ätherleib, wie Rudolf Steiner ihn nennt, gleicht diese Tendenz aus und baut auf. Er ist von zentraler Bedeutung für die Gesundheit:

«Der blosse physische Organismus könnte niemals einen Selbstheilungsvorgang hervorrufen. Ein solcher wird in dem ätherischen Organismus angefacht. Damit aber wird die Gesundheit als der Zustand erkannt, der im ätherischen Organismus seinen Ursprung hat.»[6]

Der Lebensleib drückt sich aus im Zeitlichen, er ist beteiligt an den Aufbau- und Regenerationsprozessen im menschlichen Organismus. Seine leibbildende Tätigkeit beim Kind metamorphosiert sich mit dem Zahnwechsel in eine seelische Fähigkeit, in die Denkkraft.

Eine «belebende Erziehung» wird diesem Entwicklungsschritt gerecht. Damit ist gemeint, dass Unterrichtsmethode und Unterrichtsinhalte bildhaft anschaulich und künstlerisch durchgestaltet sein sollen. Es sollen den Kindern lebendige, verwandelbare Begriffe nahegebracht werden, die kräftigend wirken. Unlebendige, abstrakte, sozusagen «tote» Begriffe und Gedanken können auf den organischen Teil des Lebensorganismus der Kinder zurückwirken und diesen schwächen.

Aus der Zeitstruktur des Lebensleibes ergibt sich auch der «Rhythmus» als ein zentrales Element in der Steinerpädagogik: Zum Beispiel in der Gliederung des Schultages mit dem Hauptunterricht zu Beginn und den anschliessenden Fachstunden. Oder in der allgemeinen Pflege des Rhythmisch-Musikalischen, auch dem Singen und ganz allgemein dem Künstlerischen. Dies soll sich auch in der Gestaltung jedes einzelnen Unterrichts ausdrücken, indem sich Phasen mit Gewicht auf dem kognitiven Element und Phasen der Bewegung, Sprache und Musik abwechseln sollen. Rudolf Steiner sprach davon, dass die Lehrer die Kinder «richtig atmen» und «richtig wachen und schlafen» lehren sollen.[7] Beides sind rhythmische Vorgänge, beziehungsweise Tätigkeiten, die man leiblich-organisch wie seelisch-geistig verstehen kann.

Auch der Epochenunterricht trägt dem Rechnung, ebenso das bewusste Erleben der Jahreszeiten und das Feiern der Jahresfeste.

Der Rhythmus ist im Sinne der oben beschriebenen Dreigliederung des menschlichen Organismus in der Mitte des Menschen beheimatet, Rudolf Steiner sprach auch vom «rhythmischen System» mit Herz und Lunge als Organen von Atem und Blutzirkulation. Das Fühlen und auch das Künstlerische sind die seelischen Äusserungen, die hier ihren Ursprung haben. Rudolf Steiner war die gesunde Gefühlsentwicklung ein zentrales Anliegen, auch im Hinblick auf das Lernen, und dies kann Früchte zeitigen bis in die oberen Klassen und das weitere Leben nach der Schulzeit:

«Aus Liebe und eigenem Interesse lernen – nicht angetrieben durch Angst, die Sorge um Noten, das Pflichtgefühl oder den Ehrgeiz, der oder die Beste sein zu müssen oder sonst durch einen Druck von aussen. Warum ist es so wichtig, aus dem Gefühl der Liebe heraus zu lernen? Weil dies das einzige Gefühl ist, das den Menschen frei lässt: Man tut, was man mag. Dieses Gefühl der Selbstbestimmtheit ist es, das die gesundheitsfördernde Kohärenz und das Erleben der eigenen Würde ausmacht. Man ist ohne ‹Fremdeinfluss› und ‹Aussensteuerung›, muss oder will sich niemandem ‹beweisen›. Man tut, was man möchte, und steht damit auf eigenen Füssen.»[8]

Ein weiteres wichtiges Feld ist die Sinnesentwicklung und -förderung. Mit den Sinnen ergreift das Kind zuerst den eigenen Leib (Tastsinn, Lebenssinn, Eigenbewegungssinn, Gleichgewichtssinn), dann die Welt (Geruchssinn, Geschmackssinn, Sehsinn, Wärmesinn) und kann sich auch seelisch-geistig an ihr erleben (Hörsinn, Wortsinn, Gedankensinn, Ich-Sinn).

Ist der Leib als Instrument der Seele ergriffen, kann der Mensch in seinem ausgebildeten Lebenssinn, um einen der Sinne exemplarisch herauszugreifen, erfahren, wie er sich fühlt. Er entwickelt ein Sensorium für sein Wohlbefinden, auf dass er vertrauen kann:

«Wer sich nach Gesundheit sehnt, der muss in Betracht ziehen, was in der Realität mit den leicht missverständlichen Worten: Behagen, Lebenslust und Lebensfreude gesagt werden kann …

wenn irgendetwas schmerzt, leiblich oder seelisch, [ist] dieses Unlustgefühl ein Anzeichen für irgendwelche Krankheit, eine Disharmonie …»[9]

Von der Lehrperson soll darauf geachtet werden, wie sich die Unterrichtsgestaltung auf den Lebenssinn auswirkt: Geht es den Kindern gut? Was brauchen sie jetzt gerade? Wie muss ich den Unterricht gestalten, dass sich die Kinder wohlfühlen?

Ein rhythmischer Tagesablauf, eine positive Grundstimmung, das richtige Mass und stimmige Ordnungen stärken den Lebenssinn. Streit, Ängstigung, Schreck, Nervosität und Chaos hingegen schädigen ihn.[10]

Der Klassenlehrerin, dem Klassenlehrer kommt in der Schulzeit eine besondere Bedeutung zu, sie/er begleitet die Klassen an unserer Schule im Idealfall in den ersten sechs Schuljahren. Sie/er ist Entwicklungshelfer/-in aller ihr/ihm anvertrauten Kinder und hat dafür Sorge zu tragen, dass Einseitigkeiten harmonisiert und ausbalanciert werden, im Sinne des oben dargestellten Gesundheitsverständnisses. Dafür ist die Menschenkunde, das Bewusstsein der Wirkung der Unterrichtsgestaltung und die sorgsame, liebevolle Wahrnehmung der Kinder die Grundlage.

Ab der Mittelstufe wird Gesundheitslehre im Unterricht thematisiert. Zuvor, in den Jahren bis zur Pubertät, soll diese im Sinne der Nachahmung und Autorität als grundlegende Erziehungsprinzipien gelebt werden. Ab der 7. Klasse hat es im Lehrplan die Biologie, die Ernährungslehre, dann Anatomie, Anthropologie bis zur Psychosomatik in der 10. Klasse. Diese Gesundheitslehre soll in alle Fächer einfliessen, sozusagen interdisziplinär behandelt werden. Man kann dann bereits an das eigene Urteilsvermögen und die Einsicht der Schülerinnen und Schüler appellieren, auch im Hinblick auf gesundheitliche Risiken und die Sucht- und Drogenproblematik.

Zentral sind ausserdem für die Mittel- und Oberstufe die Theaterprojekte. Diese gehen nicht direkt auf Rudolf Steiner zurück. Hier wird an die Erfahrungen mit Rollenspielen, Szenen, chorischem Sprechen, Singen, Musizieren, eurythmischem oder akrobatischem Bewegen bei Semesterfeiern oder beim Sommerspiel angeknüpft. Dieser reiche Schatz an Bühnenerfahrung gibt das nötige Selbstvertrauen für die beiden grossen in der 8. und in der 12. Klasse anstehenden Theaterprojekte.

Beim Achtklassspiel am Ende der Pubertät können die Jugendlichen Seelisches unter der Maske, losgelöst von der eigenen Persönlichkeit, ausspielen. In der Auseinandersetzung mit Stück und Rolle können viele Schüler wichtige Entwicklungsschritte vollziehen und Selbstvertrauen gewinnen. Die Klasse kann als Gemeinschaft im Sozialen wichtige Prozesse durchlaufen.

Beim Zwölftklassspiel am Ende der Schulzeit geht es um die selbständige künstlerische Auseinandersetzung mit dem Stück, es sich zu eigen machen und die glaubhafte und überzeugende Verkörperung der Rollen. Die intensive Arbeit an Sprache, Geste und Ausdruck kann fast eine therapeutische Wirkung entfalten. Die Arbeiten an den Kulissen und hinter der Bühne sind eine hervorragende Vorbereitung auf das Leben nach der Schule (zum Beispiel Kooperations- oder Improvisationsvermögen und Teamgeist).

Wir haben nur einige menschenkundliche Grundlagen und pädagogische Elemente herausgegriffen, aber an ihnen kann deutlich werden, wie die zurzeit geltenden Massnahmen stark in unsere Unterrichtsgestaltung eingreifen. Sicher können durch fantasievolles Handeln und verstärktes Bemühen kreative Lösungen gefunden werden, aber Kernelemente der Steinerpädagogik können zurzeit nur in stark abgewandelter Form oder gar nicht umgesetzt werden, was wir für die Schülerinnen und Schüler als grossen Verlust erleben.

Für die Pflege des Rhythmisch-Musikalischen bedeutet dies: Das künstlerisch gestaltete Feiern der Jahresfeste, zum Teil gemeinsam als gesamte Schulgemeinschaft oder in den Stufen, kann nicht stattfinden.

Das Singen als menschenbildende Kraft kann ab der Mittelstufe gar nicht mehr, oder nur mit Maske, stattfinden, auch Orchestergruppen sind davon betroffen.

Das Acht- und Zwölftklasstheater können nicht in gewohnter Weise stattfinden.

Eine Einschränkung des Rhythmischen im Sinne des gesunden Atmens und der Nachahmung in den unteren Klassen sind die Gesichtsmasken, bei denen die gesamte Mimik und Gestik, der gefühlsmässige Ausdruck der Sprache, die richtige Formung der Sprachwerkzeuge beim Sprechen, nicht sichtbar sind. Aus Sicht unserer Pädagogik ist dies nicht förderlich für eine altersgerechte Entwicklung. Dass die Lehrpersonen diese in der Unterstufe tragen müssen, ist ein grosser Einschnitt, und wir können die Maskenpflicht auch für Schülerinnen und Schüler aus den genannten menschenkundlichen Gründen nicht gutheissen.

In der Mittel- und Oberstufe ist die Interaktion ebenfalls eingeschränkt. Masken im Sportunterricht und der Eurythmie, in den Bewegungsfächern oder gar in den Pausen an der frischen Luft, sehen wir nicht im Sinne einer gesunden Erziehung.

Die gesunde Entwicklung ist ein immanentes Ziel der Waldorfpädagogik, sie hat somit einen salutogenetisch-prophylaktischen Charakter. Aus der gesunden oder gesundenden Erziehung kann sich der Mensch zur Freiheit und zur Individualität entwickeln und so seine Selbstwirksamkeit und Integrität erleben.

Aaron Antonovsky (1923–1994) hat zu den Quellen der Gesundheit intensiv geforscht und das Prinzip der Salutogenese entwickelt.[11] Die Pathogenese fragt nach der Herkunft einer Krankheit. Damit steht der Begriff der Vorbeugung, der Prävention, in Verbindung: Krankmachende Faktoren sollen verhindert

und ausgeschlossen werden. Die Salutogenese dagegen fragt: Woher kommt Gesundheit? Wie kann sie gestärkt werden? Für Antonovsky stand das Gefühlsleben im Zentrum einer gesunden Entwicklung. Er prägte den Begriff des Kohärenzgefühls. Dieses meint ein Zugehörigkeitsgefühl und eine tiefe innere Zufriedenheit mit sich selbst und anderen. Drei Faktoren sind zentral für das Kohärenzgefühl: Das Gefühl der Sinnhaftigkeit bedeutet, Vertrauen in die Menschheitsentwicklung zu haben und eine Weltanschauung zu entwickeln, die das Böse, das Negative und Destruktive verstehen und sinnstiftend zu verarbeiten hilft. Das Gefühl der Handhabbarkeit meint die Fähigkeit, sich mit Fremdem auseinanderzusetzen und sich daran zu stärken. Das bedeutet also auch Stress aushalten lernen und nicht nur zu vermeiden. So können die Grenzen der körperlichen und seelischen Belastbarkeit erkannt und weiter ausgedehnt werden. Bei dem Gefühl der Verstehbarkeit geht es darum, sich in den grossen und kleinen Weltzusammenhang seines Lebens einzuordnen, sich selbst zu finden und im Leben so zurecht zu kommen.

Ein weiteres zentrales Element der Salutogenese ist die Resilienz: Resilienz bedeutet so viel wie Widerstandsfähigkeit. Je widerstandsfähiger wir sind, je besser unser Körper Störungen abwehren kann, desto gesünder bleiben wir. Wir sind widerstandsfähiger, wenn wir in kritischen Situationen auf persönliche Ressourcen zurückgreifen können und eine Krise als Möglichkeit zur Weiterentwicklung ansehen.

Solche individuellen Ressourcen durch die Steinerpädagogik zu stärken und damit auch das Immunsystem zu kräftigen, betrachten wir als unseren aktiven Beitrag im Sinne der heute vielzitierten Worte: «Bleiben Sie gesund».

Daniel Thiel
Heileurythmist
24.2.2021

1 Steiner, Rudolf: Theosophie, GA 9, Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst, GA 27; Glöckler, Michaela: Kita, Kindergarten und Schule als Orte gesunder Entwicklung, 2020, Kapitel 4
2 Steiner, Rudolf: Von Seelenrätseln, GA 21
3 Steiner, Rudolf: Allgemeine Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik, GA 293
4 Steiner, Rudolf: Die gesunde Entwickelung des Menschenwesens, GA 303, Vortrag vom 3.1.1923
5 Ebd., Vortrag vom 28.12.1922
6 Steiner, Rudolf: Grundlegendes für eine Erweiterung der Heilkunst, GA 27, Kapitel 2
7 Steiner, Rudolf: Allgemeine Menschenkunde, GA 293, Vortrag vom 21.8.1919
8 Glöckler, Michaela: Kita, Kindergarten und Schule als Orte gesunder Entwicklung, 2020, Kapitel 3
9 Steiner, Rudolf: Die Erkenntnis der Seele und des Geistes, GA 56, Vortrag vom 5.12.1907
10 Glöckler, Michaela: Kita, Kindergarten und Schule als Orte gesunder Entwicklung, 2020. «Geht man vom Lebenssinn aus, so werden Menschen, die sich als gesund wahrnehmen bei Covid-19, als Kranke aufgefasst, nämlich die asymptomatisch Infizierten. Hier ist anzumerken, dass eine Studie aus Wuhan (nach dem Lockdown und an der gesamten Bevölkerung) zeigt, dass die asymptomatisch Infizierten ihre engen Kontakte nicht angesteckt haben (https://www.nature.com/articles/s41467-020-19802-w.pdf)»
11 Glöckler, Michaela: Salutogenese. Quellen leiblicher, seelischer und geistiger Gesundheit, 2003; Kita, Kindergarten und Schule als Orte gesunder Entwicklung, 2020, Kapitel 3.1.

Literatur zum Thema

Steiner, Rudolf: Allgemeine Menschenkunde als Grundlage der Pädagogik, GA 293

Glöckler, Michaela: Kita, Kindergarten und Schule als Orte gesunder Entwicklung Erfahrungen & Perspektiven aus der Waldorfpädagogik im 21. Jahrhundert. Edition Waldorf, Stuttgart 2020

Dies.: Salutogenese. Quellen leiblicher, seelischer und geistiger Gesundheit. In: Erziehungskunst (https://www.erziehungskunst.de/fileadmin/archiv_alt/2003/p003ez0503-563-571-Gloeckler.pdf)

Zdražil, Tomáš: Gesundheitsförderung und Waldorfpädagogik. Dissertation zur Erlangung des akademischen Grades eines Doktors der Philosophie an der Fakultät für Pädagogik der Universität Bielefeld (https://pub.uni-bielefeld.de/download/2302765/2302768/0020.pdf)

Gespräch von Moritz Binder mit der Kinder- und Schulärztin Karin Michael: https://podcast.moritzbinder.com/2021/02/08/8-karin-michael

Einblick in die erste Menschenkundeepoche der 7. Klasse

Die erste Menschenkundeepoche der Mittelstufe an unserer Schule bietet sich exemplarisch an, um verschiedenste Aspekte der Salutogenese und der Prävention für die Jugendlichen zu vermitteln.

Die zentrale Frage, die am Beginn der Epoche steht, führt uns in die Tiefen des Themas: **Wie steht der Mensch in Kontakt zu seiner Umwelt?**

Bei einer Sammlung von Vorschlägen der Klasse können wir drei grosse Gebiete unterscheiden:

1. Durch die Sinne
2. Durch die Atmung
3. Durch die Ernährung

Die Sinne

Als Erstes steht der Mensch mittels seiner Sinne im Kontakt mit sich selbst und seiner Umgebung.

Insgesamt gibt es in der anthroposophischen Sinneslehre zwölf Sinne, wobei die drei letzten, höchsten Sinne, geistiger Natur sind und erst gegen das 21. Lebensjahr hin überhaupt betätigt werden können (Wortsinn, Gedankensinn und Ichsinn). Störungen der Sinnesentwicklung ziehen – je jünger, desto verheerender – grosse Entwicklungsbeeinträchtigungen nach sich. Viele bleiben leider fast irreparabel!

Naturwissenschaftlich sind zehn Sinne bewiesen. Nun können wir beobachten, dass die Entwicklung der Sinne einer chronologischen Gesetzmässigkeit folgt:

- Lebenssinn (Eingeweidesinn), Gleichgewichtssinn, Muskelsinn (Eigenbewegungssinn) und teilweise der Tastsinn entwickeln sich im frühen Kindesalter, sie sind oftmals unterbewusst, das heisst, sie melden sich nur, wenn eine Störung vorliegt.
- Es folgen: Wärmesinn, Geschmackssinn, Geruchssinn und Sehsinn. Diese werden zu den Gefühlssinnen gezählt. Ihre feinere Ausbildung erfolgt im mittleren Kindesalter.
- Hörsinn, Wortsinn, Gedankensinn und Ichsinn entwickeln sich in ihrer feineren und bewussteren Ausbildung in der Pubertät bis zum genannten 21. Altersjahr. Sie werden zu den Erkenntnissinnen gezählt.

Geht man von der Annahme einer geistigen Welt aus, kann man sich fragen, weshalb der Mensch überhaupt aus dieser heraustritt, um auf die Erde zu kommen. Die Antwort kann in einem allgemeinen Sinn eigentlich nur lauten, dass der Mensch auf der Erde etwas lernen und entwickeln kann, was ihm in der geistigen Welt nicht möglich ist. Das macht der Mensch aber primär über seine Sinne und die daraus resultierenden Erkenntnisse.

Versuchen wir den Schülerinnen und Schülern die Sinne zu erläutern, kommen wir bald zur Erkenntnis, dass sich die Sinne nur durch die Sinnesbetätigung entwickeln können. Findet diese Betätigung nicht statt, verkümmern sie. Somit ist es bei der Behandlung der Sinne sehr wichtig, dass wir mit der Klasse behandeln, was die Sinne brauchen, um sich gesund entwickeln zu können.

Wie aber äussert sich eine gestörte Sinnesentwicklung? Eine gestörte Entwicklung des Lebenssinnes beispielsweise führt zu einem «Sich-nicht-heimisch-Fühlen» im eigenen Körper! Solche hier nur sehr kurz angetönten Folgen einer fehlgeleiteten Sinnesentfaltung müssen mit der Klasse sorgfältig entwickelt werden. So gelangen wir schliesslich zur Erkenntnis, dass die Sinne generell sowohl über- als auch unterreizt werden können.

Nun sind mit der Klasse die Vorbedingungen entwickelt, an denen dann auch präventiv unterrichtet werden kann! Jede Schülerin und jeder Schüler kann ihr/sein Lieblingsspielzeug in die Unterrichtsstunde mitbringen. Dieses prüfen wir bezugnehmend auf die Sinnesschulung und können feststellen: Je unspezifizierter ein Spielzeug ist, desto besser ist es, da es nicht auf einzelne Sinne hin produziert worden ist. Somit wirkt es fantasie- und damit auch sinnesfördernd!

Wenn man Glück hat, bringt nun ein Schüler oder eine Schülerin ein I-Phone oder gar eine Spielkonsole mit. Nun kann man auch diese Geräte an den Sinnen abgleichen und die Hauptbetätigung nur des Seh- und Hörsinnes (bei Spielkonsolen auch – in sehr eingeengter Art – der Bewegungssinn und der Tastsinn) ist offensichtlich. Die Entwicklungseinengung liegt somit auf der Hand. Nun ist es wichtig, das Besprochene nicht zu eng an die Jugendlichen zu binden, das würde nur eine Ablehnung des Lernstoffes bewirken! Besser ist die Frage: Was würdet ihr euren **eigenen** Kindern zum Spielen geben? Oder wieder in Bezug auf die

Von der Eigenreflexion in die konkrete Prävention: Wie schützt man sich vor Cyber-Mobbing?

Sinnesentwicklung: Wie würdet ihr euer Baby in den Kinderwagen legen, mit dem Gesicht zu den Eltern oder in die Welt hinaus? Nun haben sich die Schülerinnen und Schüler die Grundlagen erarbeitet, um sich die Frage selber zu beantworten – ohne darauf angewiesen zu sein, Gefühlsurteile fällen zu müssen! Die Antwort lautet somit: Das Baby soll zu den Eltern schauen, um nicht einer Reizüberflutung ausgesetzt zu sein. Weitere Fragen können uns dann zur Einsicht bringen, dass neuere Modelle von Kinderwagen mit Handy-Halterungen bereits für Eltern **und** Kinder vielleicht doch nicht so tolle Erfindungen sind …

Aber auch ganz konkret kann man nun in die Prävention gehen: Von ganz pragmatischen Dingen (z. B. Erstellen von sicheren Passwörtern, das Abdecken der Frontalkamera usw.) bis hin zu den Themen Cyber-Mobbing, Sexting, Pornographie, Gewaltdarstellung und Online-Sucht.

Die Atmung

Als Zweites steht der Mensch durch die Atmung in Verbindung mit seiner Umwelt.

Mit der Atmung des Menschen verbinden sich zahllose Geheimnisse: Der Mensch macht durchschnittlich 18 Atemzüge pro Minute, was in 24 Stunden 25 920 ergibt. Das ist auch die Anzahl der Jahre, die die Sonne braucht, um in ihrem Frühlingspunkt genau an derselben Stelle den Äquator nach Norden hin zu überschreiten (= platonisches Weltenjahr)! Ein Grad des platonischen Weltenjahres entspricht mit seinen 72 Jahren aber auch in etwa dem Durchschnittsalter eines Menschen. Hier könnte man noch auf viele Geheimnisse hinweisen, was den Rahmen dieser Schrift sprengen würde. Wir sehen aber auch so, dass die menschliche Atmung in den Kosmos eingebunden ist.

Junge Menschen suchen konkrete Sinneserfahrungen, zum Beispiel beim Besuch eines Popkonzerts

Anschliessend besprochen wird auch ganz konkret die menschliche Atmung: Von der Aufnahme der Luft, deren prozentualer Zusammensetzung, das Einströmen in den Mund-Nasenraum bis hin zur Aufnahme des Sauerstoffes in der Lunge im kleinen Blutkreislauf (letzterer wird allerdings erst in der achten Klasse besprochen).

Nun bietet sich an, auf das Rauchen und das Kiffen einzugehen: Auf die Schädigung der Lunge durch das Rauchen und beim Kiffen zusätzlich der Verdacht, dass das THC verdeckte Psychosen auslösen kann (und die daraus entstehenden Folgen für das weitere Leben). Oftmals wollen die Schülerinnen und Schüler dann noch mehr über Substanzdrogen wissen, was aber (zum Glück) eher theoretischer Natur ist.

Ernährung und Verdauung

Als Drittes steht der Mensch mittels der Ernährung/Verdauung in Kontakt mit seiner Umwelt.

Auseinandersetzung mit dem eigenen Körperbild: «90-60-90» erreichen nicht mal die schlankesten Mädchen einer Klasse

Bei der Ernährung nehmen wir die drei grossen Gruppen der Nahrungsmittel, die Eiweisse, die Kohlenhydrate und die Fette durch. Wir sehen, dass eine erste Vorbereitung mittels des Geruchssinns geschieht: Die Speichelproduktion wird angeregt. Bevor wir uns mit dem ganzen Verdauungstrakt, ausgehend von der Mundhöhle bis hin zum untersten Schliessmuskel, befassen, habe ich die Erfahrung gemacht, dass die Klasse mit grosser Freude dem Unterricht folgt, wenn man sie in ein «mondänes» Essen einführt: Das Besteck muss in der richtigen Reihenfolge gedeckt werden. Dann das Wesentliche: Wann nimmt man welches Besteck für welche Speise und welche Stolperfallen gibt es dabei?

Aber auch Fragen zur Bekleidung

können dann gestellt werden. Was ist overdressed, was underdressed, wie bindet man eine Krawatte richtig und auch: In welcher Situation kleidet man sich wie und was strahlt man damit aus? Statussymbole können besprochen werden, solche für Jugendliche, aber auch für Erwachsene.

Haben wir nun den Verdauungstrakt ausführlich durchgenommen, können wir auf die Gebiete der Essstörungen wie Bulimie/Anorexie zu sprechen kommen. Eine Diskussion über Schönheit, den Wandel des Schönheitsbegriffs und die Wechselwirkung des Photoshoppings (Nachbearbeiten des eigenen Fotos, um es dann in die sozialen Medien zu stellen) und die «Nachbearbeitung» des eigenen Körpers schliessen sich an. Das gesunde Verhältnis zum eigenen Körper – mit all seinen Ecken und Kanten – folgt.

Eindrücklich ist immer, mit den Schülerinnen und Schülern auf die weiblichen «Traummasse» von 90/60/90 einzugehen: Die schlankesten Mädchen einer siebten Klasse sind weit von einem Taillenmass von 60 cm entfernt – da spricht die Realität für sich!

In früheren Jahren bin ich mit meinen Klassen oftmals noch in Bekleidungsgeschäfte gegangen, um die Taillen der Schaufensterpuppen zu messen (durchschnittlich weit unter 60 cm) bis wir eines Tages hochkant rausgeworfen wurden … seitdem findet das Messen im Klassenzimmer statt!

In diesen kurzen Zeilen versuchte ich in groben Zügen aufzuzeigen, wie sich in der siebten Klasse das Verhältnis von Lernstoff, Gesundheit und Prävention zu einer Epoche verweben lassen. Teile der angeschnittenen Themen werden uns dann in der achten Klasse wieder beschäftigen: in der Lebensmittelchemie und auch in der Beziehungskunde (Letztere nach Christian Breme).

Jan Wenger
Mittelstufenlehrer

Entwicklung ganzheitlich fördern: Ein Blick auf die Schulheileurythmie

Die Heileurythmie als fester Bestandteil des Förderangebots an unserer Schule, zu welchem auch die Sprachtherapie und der Förderunterricht zählen, fördert und unterstützt die kindliche Entwicklung ganzheitlich und beachtet dabei Leib, Seele und Geist.

Schon relativ bald nach der Gründung der ersten Waldorfschule 1919 in Stuttgart gehörte die Heileurythmie zum festen Bestandteil der Schule und die Heileurythmistin wurde verantwortungsvolles Mitglied des Lehrerkollegiums. Seitdem sind 100 Jahre vergangen und noch immer wird die Heileurythmie in den meisten Steinerschulen praktiziert. Das selbstverständliche Eingebundensein des Heileurythmisten als gleichgestellter Kollege in das Schulganze ist heute vielerorts jedoch nicht mehr Lebenspraxis und entspricht dadurch nicht mehr ganz dem ursprünglich Gewollten von Rudolf Steiner.

Wie schauen wir auf das Kind?

Während der ganzen Schulzeit ist das Kind/der Jugendliche noch im Wachstum begriffen. Nicht nur der physische Leib streckt und dehnt sich noch, auch seelisch und geistig ist ein stetiger Reifungsprozess im Gange. So wie der physische Leib immer geschickter und beweglicher wird, so lernt das Kind im Seelischen ein gesundes Atmen von Mensch zu Mensch und bildet seine Sozialkompetenz aus. Im Geistigen erwacht das Ich zu einem Verständnis der Welt und ihrer Zusammenhänge. Diese drei Reifungsprozesse verlaufen parallel zueinander, sind aber in ihrer Dynamik sehr unterschiedlich. Mal steht der physische Leib zum Beispiel beim Zahnwechsel im Vordergrund, dann wieder ist es die Seele (Pubertät), die sich viel Raum schafft, oder aber das Denken ist schon stark ausgebildet, während die anderen beiden Bereiche stagnieren.

Es gibt Kinder mit einer grossen Bewegungsbegabung, die aber ihren inneren seelischen Raum noch nicht entdeckt haben und somit zu Unruhe neigen, wenn sie länger stillsitzen sollen, um in die Bilder einer Geschichte einzutauchen. Andere lieben Geschichten und gehen ganz darin auf, tun sich aber schwer, wenn sie ihren Leib ergreifen sollen. Die ganz wachen Kinder, die sofort alles begreifen und durchschauen,

Zur Unterstützung und Bewusstmachung der einzelnen Elemente wird unter anderem mit Kugeln gearbeitet

neigen öfter dazu an sich selbst hohe Ansprüche zu stellen, was manchmal in eine Verweigerungshaltung umschlagen kann. All dies sind Hürden, die genommen werden wollen und brauchen liebevolle Begleitung und gute Unterstützung, denn der Schritt zum Neuen kann auch Stress oder Angst auslösen. Nicht selten schlägt sich das in diffusen Erscheinungen wie Bauch- und Kopfweh oder allgemeinem Unwohlsein nieder. Diese Entwicklungsschritte werden eng von der Lehrperson, den Therapeuten und dem Schularzt/Hausarzt begleitet und wenn nötig durch die Heileurythmie unterstützt.

Die Heileurythmie

In der Kunsteurythmie wird das sinnhafte Wort sichtbar gemacht und für den Zuschauer zur Anschauung gebracht. Die Heileurythmie ist als Metamorphose der Kunsteurythmie zu verstehen, sie verzichtet auf den Wortzusammenhang. In der Heileurythmie wird mit Einzelelementen wie zum Beispiel einem Laut, dem Rhythmus, verschiedenen Tempi und so weiter gearbeitet, die durch das ständige Wiederholen sich in den Leib einschreiben. Zur Unterstützung und Bewusstmachung der einzelnen Elemente werden Kupferstäbe, Kugeln und Fussrollen wie auch Klänge und Gedichte hinzugezogen.

In der Schule wird meist im Sinne der Prophylaxe gearbeitet, da das Kind ja nicht krank ist. Das bedeutet aber nicht, dass wenn Allergien oder andere Beschwerden vorliegen, diese nicht berücksichtigt werden.

Häufige Themen der Schulheileurythmie

- Körperliche und seelische Disharmonien
- Ungeschicklichkeiten/Koordination
- Unruhezustände
- Haltungsprobleme
- Psychische Auffälligkeiten
- Ängste
- Aggressionen
- Augen
- Zähne
- Bettnässen
- Kopf- und Bauchschmerzen
- Allergien

Wie und durch wen kommt ein Kind zur Heileurythmie?

An unserer Schule wird jede Klasse bis zum Eintritt in die Oberstufe von den gleichen Therapeuten begleitet, welche in regelmässigem Austausch mit dem Lehrer und dem Klassenteam stehen. Entsteht nun der Wunsch für eine Epoche Heileurythmie, werden die Eltern miteinbezogen und mit ihrer Zustimmung kommt dann das Kind für mehrere Wochen bis Monate in die Therapie. Die einzelnen Einheiten finden meist zweimal die Woche statt und dauern ca. 20Minuten. Es gibt aber auch Situationen, in welchen es sinnvoll ist, dass der Schüler täglich für etwas kürzere Sitzungen zu Beginn des Hauptunterrichtes kommt. Die Länge einer Epoche wird je nach Situation festgelegt und kann auch mal mit Unterbruch ein volles Schuljahr dauern. Dieser Umgang mit Epochenlänge und Wochenrhythmus ist aber nur dann möglich, wenn der Heileurythmist in das Schulganze eingebettet ist.

Dieses Jahr feiert die Heileurythmie ihren 100. Geburtstag und ich wünsche ihr, dass sie weiterhin fester Bestandteil der Steinerschulen weltweit bleibt.

Manuela Biesantz, Heileurythmistin

Durch Wiederholungen schreiben sich die Einzelelemente in den Leib ein

Das Team im Gemeinschaftsraum sorgt für das leibliche Wohl

Unser Küchenteam – Steffen Lauinger, Hannah Huddy und Monica Koepfer – kocht mit Leidenschaft für unsere Schülerinnen, Schüler, Lehrpersonen, das Jakobshüttli und die Kindergärten und macht den Gemeinschaftsraum zu einem Ort der Erholung.

Wie sieht ein Arbeitstag bei euch aus?
Am Morgen besprechen wir gemeinsam, welche Arbeiten auf dem Programm stehen und wer was macht. Neben Rüsten und Kochen, was hauptsächlich Hannahs Aufgabe ist, stehen jeden Tag organisatorische Arbeiten an, wie Bestellungen, Warenanlieferungen auf Menge und Qualität kontrollieren und ob die richtige Ware geliefert wurde sowie allfällige Reklamationen schreiben. Wir bestellen auch für die Schulküche und für die Holzofenbäckerei. Jeweils am Dienstag wird der neue Menüplan für die folgende Woche erstellt, den wir gemeinsam besprechen. Daneben fallen Arbeiten an wie Hygienekontrolle, Warenlagerung prüfen, die tägliche Kassenabrechnung sowie Ende Monat der Monatsabschluss. Monica bereitet hauptsächlich die Pausenverpflegung vor, hilft aber auch in der Küche mit und bedient die Kasse bei der Essensausgabe.

Die Arbeit erfordert Flexibilität, man muss vorausschauend denken und gut organisiert sein, weil immer drei bis vier Aufgaben nebeneinander laufen und wir auch kurzfristig umdisponieren oder schnell reagieren können müssen. Die Küche ist sehr klein und minimal ausgestattet – da muss genau geplant werden.

Wir sind ein sehr harmonisches Team, sind kommunikativ, helfen uns gegenseitig, jeder kann sich auf den anderen verlassen. Wir erhalten auch viel Lob, was uns wiederum Antrieb gibt. Wir lieben unsere Arbeit und den Kontakt mit den Kindern, Schülerinnen und Schülern, Lehrpersonen und unseren Gästen sehr.

Worauf achtet Ihr bei der Zusammensetzung des Menüplans?
Er soll ausgewogen und abwechslungsreich sein, die Einzelkomponenten müssen zusammenpassen. Jeden Tag gibt es ein anderes Grundnahrungsmittel, wie beispielsweise Teigwaren, Kartoffeln, Reis, Couscous oder Bulgur. Dazu kommt saisonales Gemüse, in Demeter- oder Bio-Qualität. «Das Auge isst mit» – es muss ein schönes Bild geben und farblich ansprechend sein.

Frisch, munter und auf Zack – unser Team vom GMR
Von links nach rechts: Steffen Lauinger, Monica Koepfer, Hannah Huddy

Auch vegane Menüs sind auf dem Speiseplan. Dabei achten wir darauf, dass wir das Menü mit einer Eiweissquelle anreichern, wie beispielsweise mit roten Linsen, Bohnen, Tofu oder Kichererbsen. Auf Bestellung bereiten wir auch glutenfreie Menüs zu.

Den Salat reichern wir mit Sprossen oder Kernen an und auch mit dem Würzen haben wir viele Möglichkeiten, das Menü interessant zu machen. Hannah war längere Zeit in Indien, ich selber habe ein Kind – das spielt alles mit hinein.

Pasta mit Tomatensauce, Pizza und Linsenragout sind sehr beliebt, trotzdem sollte auch Lauch oder Spinat nicht fehlen. Da können wir mit der Zubereitung der Speisen spielen, indem wir den Lauch blanchieren und in eine Quiche «verpacken» und mit Räuchertofu garnieren. Hier können wir unsere Fantasie und Inspiration einbringen. Ausserdem bieten wir täglich zwei Menüs an, weil wir es wichtig finden, dass die Gäste wählen können.

Beim Dessert stehen Schokoladenpudding und Brownies auf der Hitliste. Wenn etwas weniger gut ankommt, versuchen wir es in einer neuen Form zu bringen. So gab es mal eine Dattelcrème, die keinen allzu grossen Anklang fand. Mit etwas Schokolade angereichert und zu einem Shake verarbeitet war sie jedoch sehr beliebt.

Da isst das Auge mit: vielfältige Gaumenfreuden von der Suppe bis zum Nachtisch

Worauf legt Ihr wert bei der Zubereitung der Speisen?
Wir kochen schonend, beachten den Garprozess, um möglichst viele Vitamine erhalten zu können. Die Wedges kochen wir mit der Schale oder auch bei der Kürbissuppe lassen wir diese dran. Bei den Desserts achten wir darauf, dass sie nicht zu süss sind. Das Birchermüesli süssen wir mit Honig und geben frische Früchte bei.

Für die Pausenverpflegung verwenden wir ausschliesslich Bio- oder Demeterprodukte. Zur Auswahl stehen Brötchen aus unterschiedlichen Mehlen, gefüllt mit Salat, Gemüse, Käse, Kräutern, mit Nüssen und Kernen. Unsere Sandwiches gibt es auch gluten-, laktose- und nussfrei sowie vegetarisch und vegan. Saisonales Obst, Fruchtriegel, Joghurts, Lassis, Säfte, Schorles und Mineralwasser sorgen für eine vitaminreiche und ausgewogene Pausenverpflegung. Ausserdem verzichten wir bewusst auf Plastikbecher, -halme und -teller.

Wie geht Ihr mit dem Thema «food waste» um?
Wir haben praktisch keine Abfälle und wenn, dann kommen sie auf den Kompost. Abschnitte und Schalen werden zu einem Gemüsefonds verarbeitet, der dann wieder als Grundlage für Suppen oder bei der Zubereitung für Risotto verwendet wird. Aus hartem Brot machen wir Paniermehl. Gemüsereste verarbeiten wir zu Vegi-Burgern.

Wie viele Gäste habt Ihr pro Tag und wie viele könnt Ihr bewirten?
Durchschnittlich kochen wir 50–60 Menüs pro Tag. An manchen Tagen haben wir aber auch nur 20 Gäste. Der Besuch von Lehrpersonen hat jedoch sehr zugenommen. Wir haben viele Stammgäste, Schülerinnen und Schüler der 7. bis 13. Klassen kommen drei- bis viermal die Woche. Fürs Jakobshüttli kochen wir 40 Menüs pro Tag. Für die Kindergärten kochen wir zweimal pro Woche Suppe, für ca. 20 Kinder. Auswärtige Gäste dürfen wir leider nicht empfangen.

Platz haben wir für ca. 70 Personen, in normalen Zeiten. Lehrpersonen essen aber auch oft im Lehrerzimmer, Schülerinnen und Schüler gehen ins Klassenzimmer. Zusätzlich haben wir noch Tische im Foyer aufgestellt und in den wärmeren Jahreszeiten stellen wir Tische mit Sonnenschirmen draussen vor dem Schulhaus auf.

Wie schätzt Ihr die Menge ein, wenn Ihr nicht wisst, wie viele Gäste kommen werden?
Einerseits sind es Erfahrungswerte, der Rückblick auf die vergangene Woche. In der letzten Woche vor den Ferien hat es meistens weniger Gäste, aber auch wenn Schülerinnen und Schüler im Lager sind oder wenn Projekte stattfinden. Da wir immer zwei Menüs anbieten, sind wir flexibler und können schnell reagieren. Wenn mehr Gäste als erwartet kommen, fragen wir auch mal, ob es in Ordnung ist, dass die Portionen etwas kleiner sind. Umgekehrt fragen wir, ob ein Nachschlag gewünscht ist, wenn es zu viel Essen hat. Da sind immer alle sehr offen und verständnisvoll. Natürlich haben wir im Tiefkühler auch Tortellini als Reserve, da kommt man nicht drum herum. Notfalls können wir auch kurzfristig Pasta kochen.

Ihr bietet sehr günstige Preise an. Könnt Ihr so kostendeckend arbeiten?
Im Prinzip sind diese Preise nicht kostendeckend, da wir qualitativ hochstehende Rohstoffe verarbeiten. So versuchen wir eine Mischkalkulation zu machen, sodass sich teurere mit

Saisonal, frisch und in Demeter- oder Bioqualität

günstigeren Menüs abwechseln oder wir kaufen, wenn möglich, Aktionsangebote ein. Vieles machen wir auch selber, wie beispielsweise die Salatsaucen oder den Pizzateig.

Wie sind die Öffnungszeiten?
Man kann bei uns von 12:00 bis 13:30 Uhr essen. Der Pausenverpflegungs-Stand ist von 9:30 bis 10:00 Uhr geöffnet.

Habt Ihr Küchenhelfer?
Ja, wir haben jeden Tag ein bis zwei Schülerinnen oder Schüler, ab der 8. Klasse, die uns beim Abwasch helfen. Manchmal unterstützen sie uns auch beim Rüsten, Zwiebeln schälen oder beim Salatrichten. Sie erhalten dafür ein Mittagessen und eine kleine Entschädigung. Die Schülerinnen und Schüler wollen immer wieder kommen, melden sich schon frühzeitig an. Sind sie verhindert, sorgen sie selber für einen Ersatz. Für uns ist es schön, dass wir so Wissen und Erfahrungen weitergeben können. Durch den respektvollen Umgang miteinander wird die gute Stimmung auch in die Klasse weitergetragen, was schlussendlich wieder «Kunden» generiert. Es kam auch schon vor, dass eine Schülerin bei uns ein Berufspraktikum absolviert hat.

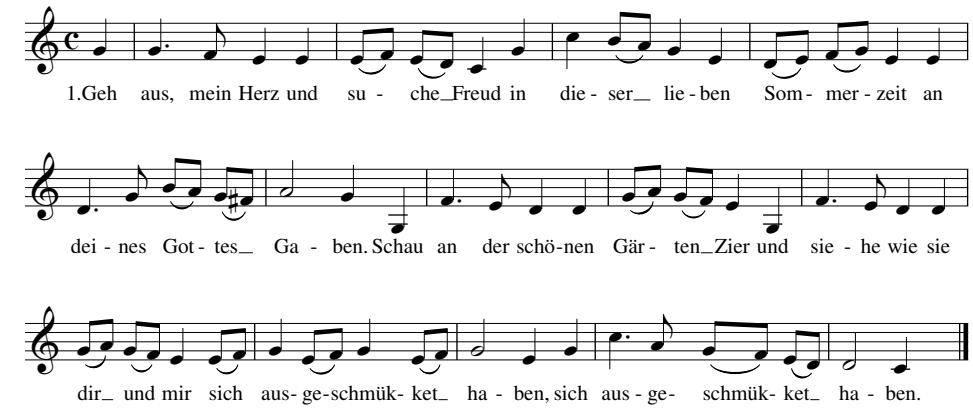
Was wünscht Ihr euch für die Zukunft?
Natürlich viele hungrige Gäste! Ganz konkret hätten wir gerne ein professionelles Kassensystem. Das würde einiges erleichtern und wir könnten mit wenigen Tastengriffen ersehen, wie viele Menüs oder Desserts etc. verkauft wurden. Sowohl die Planung wie auch die Anpassung an die Bedürfnisse unserer Kundschaft könnte so optimiert werden.

Lieber Steffen, ich danke Dir sehr herzlich für dieses Gespräch und dem ganzen Team für eure Arbeit, die mit Liebe hergestellten Speisen und die immer sonnige Stimmung im Gemeinschaftsraum. Ich wünsche euch weiterhin viel Freude an eurer Arbeit und hoffe, dass dieser Bericht viele neugierig und gluschtig gemacht hat. Ich bin mir sicher, wer einmal kommt, kommt immer wieder.

Sandra Bloch

Geh aus, mein Herz

Paul Gerhardt — August Harder



2. Die Bäume stehen voller Laub,
das Erdreich decket seinen Staub
mit einem grünen Kleide.
Narzissen und die Tulipan,
die ziehen sich viel schöner an
als Salomonis Seide.

3. Die Lerche schwingt sich in die Luft,
das Täublein fliegt aus seiner Kluft
und macht sich in die Wälder.
Die hochbegabte Nachtigall
ergötzt und füllt mit ihrem Schall
Berg, Hügel, Tal und Felder.

4. Ich selber kann und mag nicht ruhn;
des grossen Gottes grosses Tun
erweckt mir alle Sinnen;
ich singe mit, wenn alles singt,
und lasse, was dem Höchsten klingt,
aus meinem Herzen rinnen.

Neue Stundenplangestaltung nach den Sommerferien

Mehrere Jahre hat die Schule unter anderem mit einer Arbeitsgruppe unter Einbeziehung verschiedener Interessensgruppen am Thema «Tagesgestaltung» gearbeitet. Dieser Prozess hat zu neuen Unterrichtszeiten geführt – klar, einheitlich, zeitgemäss.

Nach ausführlichen Recherchen, Projekten, Abklärungen und Einbezug von Experten rund um das Thema «Tagesgestaltung» delegierten im September 2020 die Schulführungskonferenzmitglieder und der Vorstand an einem Konvent zwei Arbeitsgruppen, die den Auftrag hatten sich den Themen Mittagstischbetreuung und Vereinheitlichung der Zeiten im Stundenplan (Blockzeiten) zu widmen. Im Februar 2021 wurde vom Konvent Folgendes beschlossen:

Offiziell beginnt der Unterricht neu für alle Stufen um **8:15 Uhr** (Türöffnung der Schule um 7:55 Uhr). Die Kindergärten haben ihre Türen von **7:55 Uhr bis 12:30** Uhr geöffnet.

Für die Unter- und Mittelstufe dauert der Unterricht am Vormittag bis **12:30 Uhr**, der Nachmittagsunterricht beginnt nach einer einstündigen Mittagspause um **13:30 Uhr** und dauert bis **15:00 Uhr.**

Die 3.–6. Klassen werden die Mittagspause gemeinsam mit ihren Kameradinnen und Kameraden und mindestens einer Lehrperson verbringen. Dabei bleibt das Jakobshüttli als Betreuungsangebot ausserhalb der Unterrichtszeiten für Schülerinnen und Schüler bis einschliesslich der 6. Klasse weiterhin bestehen.

- 1. und 2. Klasse: kein Nachmittagsunterricht
- 3. und 4. Klasse: 1–2 × Nachmittagsunterricht
- 5. Klasse: 2 × Nachmittagsunterricht
- 6. Klasse: 3 × Nachmittagsunterricht
- 7. und 8. Klasse: 3–4 × Nachmittagsunterricht plus einmal anschliessend Religion, ausserhalb der Blockzeit
- 9. Klasse: 4 × Nachmittagsunterricht, wobei die Blockzeiten nicht immer eingehalten werden können.
- Ab 10. Klasse: Der Stundenplan verändert sich, ausser einer zeitlichen Verschiebung nach hinten, nicht gegenüber den bisherigen Stundenplänen. Der Morgenunterricht geht bis um 12:30 Uhr oder 13:20 Uhr. Die genauen Zeiten am Nachmittag sind noch nicht ganz festgelegt und hängen auch von der Fächerkombination ab.

Wir sind überzeugt, dass wir mit diesem Neugriff als Schule einen wichtigen Schritt in Richtung Zukunft machen, der den heutigen Ansprüchen Rechnung trägt und positive Veränderungen in unseren Schulalltag bringen wird.

Fragen bitte an: stundenplan@steiner-schule-basel.ch

Nachruf auf Lotte Thommen-Massard 18. Dezember 1928– 4. März 2021

Lotte Thommen-Massard war während 20 Jahren, zunächst als Heileurythmistin und später im Sekretariat, für die Schule tätig. Mit ihrem bescheidenen, aufmerksamen und hilfsbereiten Wesen hat sie den Schulalltag mitgetragen und verfügte auch über das notwendige Quäntchen Humor.

Lotte Thommen kannte ich schon als Schülerin, aber eigentlich auch wieder nicht, denn sie arbeitete im Büro. So hiess das heutige Sekretariat noch zu meiner Schulzeit, und dort hatte ich als Schülerin so gut wie nichts zu tun. Aus ihrem Lebenslauf und Gesprächen von ehemaligen Kolleginnen entnehme ich, dass sie insgesamt 20 Jahre für die Schule gearbeitet hat. Anfangs mit Heileurythmie und dann auf dem Büro. Zu ihrer Zeit – vom 1. April 1974 bis zum 31. Dezember 1990 – wurde die damals anfallende Arbeit zu dritt bewältigt: Die Finanzbuchhaltung von Heinz Büche, die Buchhaltung der Elternbeiträge und Korrespondenzen sowie die Organisation rund um die Eintritte von Schülerinnen und Schülern von Alice Wetter. Lotte Thommen versorgte die Adressverwaltung, beantwortete Fragen von Eltern, Schülerinnen und Schülern, leistete Dienste bei verletzten oder kranken Schützlingen und vieles andere mehr. Ihre französischen und italienischen Sprachkenntnisse konnte sie bei vielfältigen Korrespondenzen oder für die Organisation der damaligen Florenzreisen einsetzen.

1983 kam Anita Probst als vierte Arbeitskraft hinzu. Für die damalige Büro-Belegschaft war Lotte Thommen stets eine sehr liebenswürdige Arbeitskollegin gewesen, die mit ihrem bescheidenen, aufmerksamen und hilfsbereiten Wesen den Schulalltag gleichzeitig in sehr teamfähiger Weise mitgetragen hat.

Am Ende meiner Schulzeit erlebte ich sie kurz im privaten, unterstützenden Bereich. Kurt Thommen war damals Mentor bei meiner Abschlussarbeit, und so war ich auch mal bei den Thommens zuhause. Sie wohnten im Seidenhof, einem alt ehrwürdigen grossen Stadthaus am Blumenrain. Das war mir sehr eindrücklich, erstens in ein so altes vornehmes Basler Haus reinschauen zu können und zweitens erlebte ich dort wie engagiert Lotte Thommen ihren Mann unterstützte. Kurt Thommen machte keinen Hehl daraus, dass seine Frau ihm beim Korrigieren der vielen Abschlussarbeiten, die er jährlich zu betreuen hatte, half.

Lotte Thommen wuchs zusammen mit einer älteren Schwester, einem schweigsamen, liebevollen Vater, der Lokomotivführer war, und einer lebensfrohen Mutter in Biel auf. Da Biel eine zweisprachige Stadt ist und in der Familie deutsch gesprochen wurde, wurden die Töchter auf eine französischsprachige Schule geschickt, damit sie später in beiden Sprachen zuhause sein konnten.

Mit 20 Jahren kam sie erstmals, durch ihre damalige Arbeitskollegin Alice Wetter angeregt, mit der Anthroposophie in Berührung und fühlte sich sofort angesprochen.

Sie arbeitete zu dieser Zeit als Sekretärin für die französische Korrespondenz im Schweizer Alpen-Club, der für drei Jahre den Zentralsitz in Biel hatte. Als die Amtszeit in Biel zu Ende ging, zog sie für die nächsten drei Jahre zusammen mit Alice Wetter und der ganzen Büroeinrichtung nach Glarus. Für Lotte Thommen war es der erste Umzug, weg von zu Hause, für Alice Wetter der elfte!

In Glarus entstand auf Betreiben von Alice Wetter ein Kreis von Menschen, die sich regelmässig mit der Anthroposophie beschäftigten. In dieser bewegten Zeit wuchs bei Lotte Thommen der Wunsch, Eurythmie zu studieren. Auch lernte sie ihren späteren Ehemann Kurt Thommen kennen. Er hatte sich schon länger mit der Anthroposophie beschäftigt und unterstützte sie in ihrem Vorhaben.

Lotte Thommen war während 20 Jahren für die Schule tätig

Sie kündigte ihre Arbeit beim SAC, dessen Zentralsitz mit ihr und Alice Wetter mittlerweile nach Neuchâtel umgezogen war, und zog nach Dornach.

Lotte und Kurt heirateten. Kurt Thommen arbeitete als Buchbinder und kam für den Lebensunterhalt auf, sodass Lotte Thommen ihre Ausbildung machen konnte. Nachdem sie mit der Ausbildung fertig war, arbeitete sie wieder für den SAC, der gerade seinen Sitz in Basel hatte, und finanzierte nun ihrerseits den gemeinsamen Lebensunterhalt, da ihr Mann nun seinerseits das Rudolf Steiner Lehrerseminar besuchte. Daneben unterrichtete sie einmal in der Woche in Biel an einer Staatsschule Eurythmie für eine Unterstufenklasse.

Ihr Mann wurde noch während der Ausbildung im Lehrerseminar an unsere Schule gerufen. Damit war der Grundstein gelegt für eine lebenslange, treue und tätige Verbindung mit der Schule – für beide! Inzwischen waren sie auch eine Familie geworden. Nachdem beide Töchter in die Schule gingen, begann Lotte Thommen teilweise wieder berufstätig zu werden, diesmal an unserer Schule.

Viele Jahre begleitete ich beide als Schulpatin und lernte Lotte Thommen als eine ruhige, humorvolle, sehr positiv denkende und einfühlsame Persönlichkeit kennen, erlebte wie freudig sie am Leben der Enkelinnen und später der Urenkel teilnahm und auch ihre Töchter nach ihren Möglichkeiten unterstützte. In den letzten Jahren schränkte sie eine Lungenkrankheit zunehmend ein, raubte ihr viel Kraft, sodass sie das, was sie gerne für andere getan hätte, nicht mehr leisten konnte. Trotz allem war sie bis zum Schluss sehr wach und anteilnehmend, wenn man sie besuchte. Ein grosses Geschenk war, dass sie zum Schluss einfach einschlafen durfte.

Sophia Galsterer, Buchwerkstatt

Nachruf auf Arne Durrer 6. Juli 1937–10. August 2020

Arne Durrer hat von 1969 bis 1992 an unserer Schule Handarbeit, Korbflechten, Schneidern, Plastizieren und Schnitzen unterrichtet. Mit Klarheit, Humor und Freiraum begleitete sie ihre Schüler liebevoll.

Arne wurde am 6. Juli 1937 in Reichenbach am Eulengebirge (Schlesien) geboren. Ihre Kindheitsjahre waren geprägt vom Leben in der Grossfamilie. Der Vater, Herbert Schaaf, bewirtschaftete ein grosses landwirtschaftliches Gut von 750 ha, das er auf die biologisch-dynamische Wirtschaftsweise umgestellt hatte. Durch einen Unfall wurde er verhindert, am Landwirtschaftlichen Kurs von Rudolf Steiner in Koberwitz teilzunehmen, doch ein guter Freund berichtete ihm davon. Ausserdem war er Betreiber einer Zementfabrik, was zu jener Zeit eine absolute Neuheit war.

Die Mutter, Dore Schaaf, führte auf dem Gut einen grossen Kurgarten. Arne war das dritte von vier Geschwistern. Sie war ein sehr melancholisches Kind und hat zum Beispiel manchmal «Weinen» gespielt. Die Eltern hatten durch ihre Aufgaben sehr wenig Zeit für die Kinder. Arne wurde von einem 14-jährigen Kindermädchen betreut, da die Eltern beruflich zu sehr eingebunden waren.

Im Krieg 1944 musste die ganze Familie aus Schlesien fliehen. Die Familie versteckte sich auf einem Lastwagen-Anhänger der Zementfabrik, welcher für die Armee in Frankfurt abgeliefert werden musste. Graf von Keyserlingk, auf dessen Gut der Landwirtschaftliche Kurs abgehalten wurde, sowie einige andere Personen vom Gut waren mit ihnen auf der Flucht. Auf ihrem Weg Richtung Westen trafen sie auch Käthe Kollwitz auf Schloss Moritzburg.

Ihr neues Heim wurde Bad Soden-Allendorf in Hessen. Arne wurde mit acht Jahren direkt in die 2. Klasse eingeschult. Als Test zur Einschulung sollte sie ein Rätsel lösen: Es hat einen Rücken und kann nicht stehen, es hat zwei Flügel und kann nicht fliegen, es hat keine Beine, und läuft trotzdem. Da die Familie zu Hause viele Rätsel gestellt hatte, war ihr die Antwort bekannt, sie tat aber so, als ob sie die Lösung im Moment findet: die Nase.

Der Unterricht wurde für sie zum Trauma: Sie fühlte sich, als würde sie in die Schule kommen und nichts verstehen, da sie keine richtige Grundlage hatte. Mit neun Jahren kam sie zum Kriegskinder-Aufenthalt nach Basel – da sie völlig unterernährt war und wieder zu Kräften kommen sollte – und

besuchte die Steinerschule auf dem Jakobsberg. Sie war in einer Klasse mit Beat Brodbeck und Heinz Zimmermann. Die 9. und 10. Klasse verbrachte sie im Internat auf Schloss Hamborn. Es war ihre schönste Schulzeit, dort konnte sie voll aufblühen.

Als Arne 17 Jahre alt war, starb ihr Vater und sie musste zurück in die in der Zwischenzeit gegründete Ofenfabrik in Offenbach am Main, um die Buchhaltung dort zu erledigen. Bald darauf begann sie eine Ausbildung in Heilpädagogik in einem Camphill in Bristol (England). Als sie 21 Jahre alt war (1958), wurde sie von Karl König nach Dornach geschickt. Dort ging sie in die Bildhauerei und besuchte die Plastik-Schule Ratnowski. In der Bildhauer-Klasse begegnete sie Hermann Durrer, der zwölf Jahre älter war als sie. Arne und Hermann heirateten im März 1959, als Arne 22 Jahre alt war. Ihr Sohn Andreas wurde 1960 geboren, während in Dornach das Haus von Hermann gebaut wurde (1960/61). Im Jahr 1962 kam die Tochter Tanja zur Welt.

Arne und Hermann Durrer waren Künstler und lebten in bescheidenen Verhältnissen. Sie gingen viel in die Natur und haben im Wald Beeren zum Einkochen gepflückt. Sie pflegten einen grossen Gemüsegarten und hatten auch viele Fruchtbäume. Ein prägendes Erlebnis für die Kinder war das Einkochen von Gemüse und Obst, das den ganzen Winter hindurch die Mahlzeiten bereichert hat. Arne war eine sehr fleissige und tatkräftige Frau.

Arne mit Andreas und Tanja (links oben), beim Nähen mit den Enkeln (links Mitte)
Auf Klassenfahrt 1974 nach Lavin und 1982 nach Gsteig (links unten und rechts)

Den Garten hat sie bis ins hohe Alter immer «in Schuss» gehalten, was ihr sehr viel Freude bereitete.

Am Sonntag haben die Durrers gern «e Fährtli» gemacht und hatten so einen engen Bezug zur Umgebung. Nebenbei hat Arne auch Klavierunterricht genommen.

Ab 1969 (mit 32 Jahren) arbeitete Arne 23 Jahre lang als Lehrerin an der Rudolf Steiner Schule Basel und unterrichtete Handarbeit, Korbflechten, Schneidern, Plastizieren und Schnitzen. Sie hat sehr viel Kraft in die vielen Vorbereitungsarbeiten für die Schüler investiert. Wichtig war ihr, dass die Schüler schöne und dabei praktisch brauchbare (!) Arbeiten herstellen (Löffel, Schalen, Kleider, Papierkörbe). Des Weiteren hat sie sehr künstlerische Tier- und Menschenplastiken angefertigt. Sie hatte einen sehr ästhetischen und praktischen Sinn und konnte «alles» flicken. Der älteste Enkel sagte, sobald etwas kaputt war: «Nana mime» (Grossmutter leimt das.) Sie erzählte immer wieder, dass eines ihrer Hauptmottos in der Pädagogik war: «Mit Ernst loben und mit Humor tadeln.» Das hat sie zu 100 % umgesetzt. Sie konnte den Kindern – privat wie in der Schule – viel Raum geben und dabei doch klare Grenzen setzen. Wenn übermütige Neuntklässler beim Plastizieren mit Tonballen geworfen haben, sagte sie nur: «Um fünf muss alles so aussehen wie vorher!» Und das hat tatsächlich jedes Mal geklappt.

Über eine lange Zeit hat Arne das Schminken bei vielen Klassen- und Lehreraufführungen übernommen und selbst über viele Jahre den Pagen im Dreikönigsspiel gespielt. Sie ging viele Male gerne und sehr engagiert mit in die Schullager.

In den späteren Jahren unterrichtete sie im Lehrerseminar das Plastizieren für werdende Lehrer.

Daneben gab sie eigene Kurse in Plastizieren in ihrem eigenen Atelier im Garten.

Die Aufführungen und schulischen Leistungen der eigenen Kinder hat Arne intensiv begleitet und immer sehr gewürdigt und gelobt, sie konnte sehr gut Anerkennung und Stütze geben. Sie war eine sehr gute Pädagogin. In der Familie hat sie immer wieder das direkte Einzelgespräch gesucht, um Entwicklungsschritte und Eigenarten zu reflektieren. Dann holte sie einen zum Gespräch und sagte: «Komm mal in die Küche!» Da sass man dann auf dem Stühlchen an der Heizung und lernte, sich zu reflektieren.

Arne war sehr kreativ, mit hohem künstlerischen Sinn, auch im Herstellen unserer Kleider und Spielsachen. So wurden viele Sachen für den Kaufladen, Puppen, Tiere und Krippenfiguren aus allen möglichen Naturmaterialien hergestellt. Sie hat einen in allen Aktivitäten mit Freude und Engagement unterstützt.

Ein grosses Thema waren die Renovationsarbeiten am Haus und das Pflegen der Büsche und Bäume im Garten: «Den muss man verjüngen!».

Mit Hermann in den Bergen

Arne mit ihren Enkeln

Haareschneiden wurde selbst gemacht

So gab es immer im und um das Haus etwas zu tun.

Zusammen mit Hermann ist sie viel in die Berge gefahren. Sie liebte den Alpenfrühling und die Pflanzenwelt. Von Hermann hat sie sich viel über Anthroposophie erzählen lassen. Sie selbst war keine Vortragsleserin, hat aber mit einem gesunden Menschenverstand Wesentliches durch Zuhören angenommen und konnte es dann auch direkt umsetzen. Arne beobachtete das Wetter sehr engagiert. Sie wusste noch Jahre später, wann in welchem Jahr die Krokusse, die Winterlinge und die ersten Rosen zu blühen begannen. Das wurde sogar in den Kalender, der in der

Ein Aquarell von Arne

Küche hing, eingetragen. Arne hatte eine starke Verbindung zur Natur, was sich am deutlichsten in Kanada gezeigt hat. Da verschwand sie alleine in den Wald und kam mit einem Arm voll Naturmaterialien wieder zurück und kreierte daraus die wunderschönsten Spielsachen für die Enkel. Allerdings war sie für sich zu Hause gar keine Sammlerin. Alles, was nicht gebraucht wurde, wurde verschenkt oder entsorgt.

Ab 1987 (50 J.) begann die Zeit mit den Enkelkindern, um die Arne sich mit voller Hingabe und Liebe kümmerte: 1987 Alexander, 1989 Benjamin, 1992 Isabelle, 1995 Mathias.

1992, als sie erst 55 Jahre alt war, starb Hermann. Arne hat den Prozess sehr intensiv begleitet und ist dabei aber nicht in Selbstmitleid aufgegangen. Sie trat so souverän auf, dass sie im Krankenhaus gefragt wurde: «Sind sie Ärztin?».

Mit Lily Münch und Frau Jungblut verband Arne eine innige Altersfreundschaft. Durch ihr ganzes Leben hindurch hatte sie eine grosse Freude, Passion und Begabung für das Kartenspielen. Bis ins hohe Alter hinein hat jeder, der zu ihr kam, mit ihr ein Canasta oder Skip-Bo gespielt. Sie hat bis zuletzt, noch im Mai 2020, fast immer gewonnen.

Arne war ihr ganzes Leben lang eine leidenschaftliche Raucherin. Erst mit über 80 Jahren hörte sie mit dem Rauchen auf.

Über zehn Jahre lang ging Arne in

Mit Andreas auf Kreta

Dezember 1987

Mit Tanja und Isabelle in Kanada

den Malkurs bei Barbara Ramp und hat dabei dutzende schöne Gemälde hinterlassen.

Arne ist auch gern gereist. Sie war sehr oft im Tessin, in Zuoz, mit Tanjas Familie in Kanada, in Indonesien mit Markus Schneider, mit Andreas auf Kreta und mit ihrem Bruder Bernd oft in den Ferien. Das letzte Mal war sie 2018 mit in den Bergen, was sie sehr genossen hat.

Ein weiteres ihrer Lebensmottos war: «Karma abbauen, nicht aufbauen.» Arne machte nicht grosse Worte, sie wirkte durch ihre Taten. Wenn ihr etwas nicht passte, kam ein trockenes «Nö». Sie verfügte über eine Gabe, ohne schwärmerischen Beigeschmack direkt und sachlich die Dinge beim Namen zu nennen. Aber meist nur, wenn man sie danach gefragt hat.

Arne lebte ihre Ideale mehr, als dass sie darüber nachdachte. Das Fragenstellen war deshalb nicht ihre Stärke, sondern im Handeln mit Fantasie und praktischem Sinn Lösungen zu finden:

«Ach, wir bleiben einfach beweglich!»

Was sie besonders auszeichnete, war ein inneres Vertrauen auf Schicksalsfügungen, was oft mit Bemerkungen wie «Wir nehmen es, wie es kommt.» begleitete wurde. Mit ihrer Hilfsbereitschaft und Grosszügigkeit gab sie anderen viel Raum. Ihre ganze Aufmerksamkeit schenkte sie den Menschen in ihrem näheren Umfeld. Ihr letzter Wunsch zwei Tage vor dem Sterben war klar und deutlich:

«… dass es Euch gut geht!»

Nachdem sie durch die Lunge immer mehr geschwächt war, ging Arne am 10. August 2020 in Arlesheim über die Schwelle.

Hier wird nochmal ein herzlicher Dank ausgesprochen an alle, die so zahlreich kondolierten und Anteil genommen haben.

Tanja Baumgartner

Wenn das grosse Glück ausbleibt und die Kräfte nicht mehr reichen

Das Ita Wegman Mutter-Kind-Haus auf dem Gempen bietet Müttern und ihren Kindern in schwierigen Lebenslagen Entlastung, Pflege und liebevolle Begleitung. Manuela Krattiger im Gespräch mit Katharina Guldimann, Leiterin des Mutter-Kind-Hauses.

Das ehemalige Bauernhaus, in welchem sich das 2011 gegründete Mutter-Kind-Haus befindet, liegt direkt am Waldrand an schönster Aussichtslage. Die Einrichtung ist schlicht, stilvoll und gemütlich. Hier können bis zu vier Frauen mit ihren Kindern aufgenommen werden und wieder Kraft schöpfen. Die Geschichten der hier stationierten Frauen sind so vielfältig, verschieden und berührend wie das Leben selbst. Der Blick vom Balkon auf den unendlich scheinenden Horizont mit seinen farbenprächtigen Sonnenuntergängen und die regelmässigen Spaziergänge in der Natur tragen wesentlich zur Erholung bei.

An einem Frühlingstag treffe ich mich mit Katharina Guldimann, Leiterin und Gründerin des Ita Wegman Mutter-Kind-Hauses, zum Gespräch in meinem von Tulpen gesäumten Garten. Trotz ihres strengen Pensums strahlt sie Ruhe, Gelassenheit und eine klare Präsenz aus.

Deine Kinder gingen zur Steinerschule. Was hast Du als gesundend, stärkend für die Entwicklung Deiner Kinder in Erinnerung?

Ich habe zwei Kinder, die beides Steinerschüler waren. Meine Tochter ab der 1. Klasse, mein Sohn bereits ab dem Kindergarten. Selbst bin ich auf einem Bauernhof aufgewachsen, einfach, bescheiden, sehr gesund möchte ich sagen.

Sehr stützend habe ich den Rhythmus erlebt. Da ich alleinerziehend war und berufstätig mit unregelmässigen Arbeitszeiten, hatte dies schon Einfluss auf das Familienleben. Der Schulrhythmus hat meinen Kindern da sehr geholfen. Ich empfand auch Bewunderung für die Arbeiten, die meine Kinder nach Hause brachten, wie das Epochenheft oder auch Wissen. So was hatte ich in der Art während meiner Schulzeit sicher nie. Meine Kinder waren sehr selbständig und konnten so anders in die Buchstaben- und Zahlenwelt eintauchen. Und obwohl sie beide schon

Bis zu vier Frauen mit ihren Kindern können im Mutter-Kind-Haus Unterstützung und Hilfe in der Not finden

vor Schulantritt aus eigenem Antrieb lesen und schreiben gelernt hatten, waren sie nie gelangweilt.

Eine weitere Bereicherung und Stütze war das Eingebettetsein in die Gemeinschaft, das fühlte sich wie eine Grossfamilie an. Ich erfuhr durch die Lehrpersonen viel Wertschätzung als Mutter und war willkommen nach meinen Möglichkeiten zu unterstützen und mich einzubringen. Auch die Ernährung war sehr stärkend, z. b. der Hirsebrei im Kindergarten. Vieles davon habe ich in meinen Erziehungsalltag einfliessen lassen. Die Schulzeit meiner Kinder war meine Lehrzeit.

Das Finanzielle war schon eine Belastung für mich, aber durch die enorme Bereicherung durch die Schule verringerte sich diese Last. Das Ganze bekam einen Wert, der durch Geld nicht aufzuwiegen ist.

Wie kam es dazu, dass Du Hebamme geworden bist?

Das war schon eine spezielle Geschichte. Es war eine Begegnung mit einer Hebamme im Himalaya, die mich sehr berührt hat. Sie stammte aus Kalifornien. Ich ging zurück in die Schweiz und machte mich kundig: Was sind das für Frauen? Wie gestaltet sich die Ausbildung? Aber dann liess ich es wieder ruhen. 1.5 Jahre später war ich wieder im Himalaya, in Lhasa auf dem Marktplatz. Ich hörte eine Stimme, die ich sofort erkannte, drehte mich um und da war diese Frau wieder. Es war unser beider Abreisetag. Da wusste ich: Jetzt musst Du das machen.

Als ich jünger war, wollte ich Medizin studieren, aber wegen der Mathematik scheiterte ich beim Abitur. Da war schon Interesse für das Medizinische. Aber es war die Begegnung mit einem Menschen, jener Frau, die mir Kraft gab und so ging ich zur Hebammenschule.

Katharina, was hat Dich dazu bewogen, das Mutter-Kind-Haus ins Leben zu rufen?

Es war ein Herzensimpuls. Die ehemalige Ita Wegman Klinik, jetzt Klinik Arlesheim, bei welcher ich schon jahrelang gearbeitet und die Familienstation mitgeleitet hatte, schloss diese aus strategischen Gründen. Ich war überzeugt, dass es so ein Angebot braucht, eigentlich schweizweit. Ich hatte das Glück oder war es Fügung, zum richtigen Zeitpunkt auf die richtigen Leute zu stossen und eine Stiftung gründen zu können. So konnte das Angebot der ehemaligen Familienstation weitergeführt werden.

Es war mir ein grosses Herzensanliegen. Ich wusste gar nicht was dieses alles beinhalten würde, wir sind damals ja ohne Finanzierung gestartet. Doch da waren Menschen, die mich unterstützt haben, und so fanden wir die nötigen Mittel. Der Vorteil war, dass wir bereits ein Team waren, das sich aus ehemaligen Klinikmitarbeiterinnen zusammensetzte. Wir wollten das Ganze bewusst aus dem stationären Rahmen rausnehmen und in eine familiäre Atomsphäre führen. Die Wohnung, in welcher das Mutter-Kind-Haus sich befindet, schafft diese Atmosphäre. Ein wichtiger Punkt ist auch, dass wo immer möglich Mutter und Kind nicht getrennt werden. Ich wollte einen Ort schaffen, wo beide sicher aufgehoben sind, Kraft schöpfen und zueinander finden können.

Es entstand auch aus einer tiefen Verbundenheit zu Ita Wegman, möchte

Katharina Guldimann, Leiterin des Mutter-Kind-Hauses, mit ihrem Enkel Joan

ich sagen. Ihr war es auch immer ein grosses Anliegen, dass es Platz hat für Mutter und Kind.

An wen richtet sich das Angebot?
An alle Mütter, die im Zusammenhang mit ihrem Muttersein, Mutterwerden, in die Mutterrolle hineinwachsen in Erschöpfungszustände geraten oder gar ernsthaft erkranken. Sie stammen aus der ganzen Schweiz. Das besondere bei uns ist, dass man zwei Kinder mitnehmen kann.

Diese Frauen hatten häufig bereits Krisen, z. B. Depressionen, in ihrer Biographie und durch das Muttersein brechen diese Dinge wieder auf. Es gibt aber auch Frauen ohne solche Vorgeschichte. Es sind Alleinerziehende oder solche aus intakten Familien. Gemeinsam haben sie, dass sie Mutter sind und es zuhause vorübergehend nicht mehr geht. Je nachdem gestaltet sich der Aufenthalt, die Dauer desselbigen und die Zielsetzung.

Frauen mit traumatischen Geburten kommen oft lange nicht und versuchen es irgendwie hinzukriegen. Ein grosser Teil der Mütter leidet unter komplexen Traumafolgestörungen, die durch die Geburt reaktiviert werden. Eine Geburt ist immer auch ein Schwellenerlebnis und triggert solche Geschehnisse.

Damit will ich ausdrücken: Bei uns macht niemand Ferien, wir sind keine Wellness-Oase mit Kinderbetreuung. Wir arbeiten mit Mutter und Kind, bis sich die Situation stabilisiert hat und die Mutter es wieder selbständig kann. Die Ziele müssen die Mütter selbst formulieren können, da geben wir nichts vor. Es muss sich etwas ändern, sonst nützt es nichts. Es ist ein Lernen mit dem Kind zusammen.

Welche Therapieangebote gibt es in Eurem Haus?
Der Schwerpunkt liegt auf der Pflege, wir bieten anthroposophische Pflege an wie diverse Wickel und Kompressen auf die Organe, rhythmische Ganzkörper- und Teileinreibungen, Voll- oder Fussbäder. Eine Ärztin betreut die Frauen zweimal pro Woche. Daraus leiten sich dann Angebote wie Heileurythmie, Physio- oder Craniosacraltherapie ab. Musiktherapie findet teils auch statt.

Sehr wichtig sind natürlich auch die Beratungsgespräche wie Erziehungsgespräche, Stillberatungen oder Paargespräche. Auch die Sinnesschulung ist wichtig. In der pädagogischen Beratung achten wir auf einen sicheren tragenden Rhythmus. Der Vorteil ist, dass wir gemeinsam mit der Mutter arbeiten können, auch in der Nacht, wenn dieses notwendig sein sollte. Die Mutter weiss, sie kann immer jemanden um Hilfe bitten, sie ist nicht allein. Da wir ein Stück weit gemeinsam leben, können wir anders agieren. Das ist notwendig, um alte Muster zu brechen. Die Natur ist auf jeden Fall auch Teil des Angebots, Zeit allein im Wald, barfuss, aber auch die Gemeinschaft mit anderen Frauen.

Wer betreut die Kinder in der Zeit, in welcher die Mütter in Therapiesitzungen sind?
Das sind Pflegefachfrauen, eine Sozialpädagogin, eine Kleinkindererzieherin, eine Hebamme – ab und zu mit Unterstützung einer Praktikantin oder Hebammenstudentin. Die verschiedenen Betreuungspersonen sind zwar eine Herausforderung für die Kinder, doch sie kommen damit gut zurecht. Zum einen ist das Team ja sehr präsent, viele Kinder sind Fremdbetreuung schon gewohnt, und was nicht zu unterschätzen ist, die Kinder entspannen sich, wenn sie merken für Mama wird gesorgt. Ab und an braucht es eine Eingewöhnungszeit, aber in der Regel funktioniert es sehr gut.

Welcher Stellenwert kommt der Ernährung zu?
Ein enorm hoher, wie auch Rückmeldungen von Müttern zeigen. Regelmässig essen zu können und vor allem gute nahrhafte Mahlzeiten helfen die Lebenskräfte aufzubauen. Wir kochen im Haus – logistisch eine Herausforderung, aber vom Sinnesaspekt sehr wertvoll. Wenn es nach feinem Zopf riecht oder Kuchen. Viele Frauen nehmen unseren Speiseplan mit oder einzelne Rezepte. Wir kochen in Demeter- oder Bioqualität und vegetarisch und berücksichtigen sämtliche Allergien und natürlich auch vegane Ernährung. Einige Frauen melden zurück, dass sie zuhause begonnen haben weniger Fleisch zu essen und dieses ihnen wohltut.

Kontakt mit der Pflanzen- und Tierwelt trägt wesentlich zur Genesung bei

Was erachtest Du persönlich als wichtig für eine tragende Eltern-Kind-Beziehung?
Ich möchte die Mütter von dem ewig schlechten Gewissen entlasten, nicht genügend Zeit zu haben für die Kinder. Entscheidend sind meines Erachtens regelmässige wahrhaftige Momente, in denen man ganz beim Kind ist, ganz präsent und im Moment. Sehr wichtig sind auch medienfreie Zeiten, besonders jetzt, wo das Home-Office die digitale Welt noch mehr nach Hause und mancherorts aufgrund von Platzmangel in ganz intime Bereiche bringt.

Genauso wichtig finde ich, dass die Mutter ihren Raum hat und das Kind genauso seinen Raum. Es gibt ein Madonnabild von Raphael. Zwei Kinder sitzen vor ihr, im linken Arm hält sie ein Buch, der rechte macht eine schützende, umhüllende Geste. Das ist für mich ein Sinnbild für Hülle, Sicherheit und Präsenz, die sich nicht dem Kind überstülpt, sondern ihm seinen Raum lässt, und da ist sogar noch Raum für die Mutter. Es geht um Halt geben ohne festzuhalten. Und authentisch sein, handeln weil es mit der inneren Wahrheit übereinstimmt und nicht weil es im Ratgeber stand oder der Kinderarzt so sagte.

Inwiefern kann das Mutter-Kind-Haus dazu beitragen?
Die Mutter muss sich nicht vom Kind trennen, kann mit ihm gemeinsam kommen. Das ist ein sehr wichtiger Aspekt. Wir schaffen Entlastung, helfen die Lebenskräfte wiederaufzubauen, sodass die Mütter wieder zu sich finden, aus dem eigenen schöpfen und handeln können.

Glaubst Du, dass ein Aufenthalt im Mutter-Kind-Haus auch für die kindliche Entwicklung gesundend, stärkend ist?
Absolut ja. Unbedingt sogar. Dem Aufenthalt bei uns kommt ein grosser prophylaktischer Stellenwert für die Gesundheit und Entwicklung des Kindes zu. In der Aussage: «Geht es der Mutter gut, geht es dem Kind gut.» steckt viel Wahres. Bei sehr schwierigen Situationen fragen wir uns natürlich, was wir in 4–6 Wochen bewirken und erreichen können. Doch auch wenn wir ab und an Zweifel haben, bekommen wir oft rückgemeldet, dass hier bei uns Samen angelegt wurden, die zuhause wachsen und zur Ernte führen. Wir sind in Beziehung mit den Kindern und das bewirkt ganz viel. Im 1. Jahrsiebt ist die unmittelbare Umgebung entscheidend für den Aufbau der Lebenskräfte, des Ätherleibs möchte ich sagen. Wir leben einiges vor, das ist ganz wichtig für die kindliche Entwicklung.

Welche pädagogischen Grundsätze sind für das Mutter-Kind-Haus wichtig?
Nun, der Rhythmus, der ist sehr wichtig. Essen, schlafen, wachen, aktive Zeiten und Pausen, Rituale. Das freie Spiel erachten wir als enorm wichtig und versuchen möglichst wenig Spielzeug anzubieten. Das Kind soll aus der Umgebung aufnehmen und lernen. Wir führen eine Mittagspause ein, die ist unbedingt wichtig. Dann hat die Bewegung draussen eine grosse Bedeutung, das fördert den Bewegungssinn.

Auch den Müttern leben wir vor. Eine Mutter konnte zum Beispiel dem Kind die Zähne nicht putzen, es war ein grosser Konflikt. Ich übernahm und sang dem Kind ein Lied vor, dann ging es. Ab dem nächsten Tag machte es die Mutter mir nach und es funktionierte. Das Muster war gebrochen.

Klare Ansagen ans Kind sind sehr wichtig. Keine rhetorischen Fragen, vor allem wenn eine klare Absicht seitens der Mutter besteht. Achtsame Wortwahl, z. B. «ich will jetzt stillen, statt ich muss» und mit Vorankündigungen arbeiten. Da wir die Mütter und Kinder hautnah erleben, können wir die Dinge gut beobachten, ansprechen und die Mütter in ihren Kompetenzen stärken.

Gibt es neuzeitliche Pädagogen, die Dir Vorbild sind?
Als erstes möchte ich Jesper Juul erwähnen. Er versteht es dem Kind einen wunderbaren autonomen Raum zu geben und ist dabei so klar, so echt. Seine Sprache ist einfach und klar. Es ist ein gesunder Raum. Und er wahrt die Integrität des Kindes wie kein anderer Pädagoge. Bei Remo Largo dünkt mich besonders das Thema «Schlaf» sehr schön angegangen. Ich empfinde es als hilfreich, dass er sagt, dass Schlaf Zeit braucht, sich entwickelt und individuell ist. Henning Köhler kenne und schätze ich vor allem in Bezug auf Jugendliche.

«Das sind doch alles nur Ferien für nicht belastbare Frauen». Was sagst Du zu solchen Vorurteilen?
Ich höre da viel Unwissen heraus. Es ist für jede Frau ein enorm grosser Schritt, dass sie überhaupt zu uns kommt und Hilfe annimmt. Das hat gar nichts mit nicht belastbar sein zu tun. Wir sind alle mehr oder weniger belastbar. Alle Mütter haben enorme Scham- und Schuldgefühle. Unwissen höre ich da und ja vielleicht ist es auch ein wenig Neid.

Als Mutter erschöpft zu sein und Hilfe in Anspruch zu nehmen ist nach wie vor mit viel Scham behaftet. Welche Botschaft möchtest Du Frauen mit auf den Weg geben, deren Kräfte zu Neige gehen, die sich aber nicht trauen Hilfe einzufordern?
Es ist nie zu spät etwas zu ändern zu versuchen. Ich bin fest überzeugt, dass es nie so gedacht war, dass die Mutter allein den Alltag mit dem Kind bewältigt. Das ist ein Irrtum unserer Gesellschaft, ich wünsche mir da neue Formen. Das afrikanische Sprichwort: «Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind zu erziehen.» trifft es auf den Punkt. Ich will Mut machen, dass die Mütter gar nicht alles allein können müssen. Es gibt Hilfe und es ist nie zu spät, diese in Anspruch zu nehmen. Dieses Gefühl, man sei die Einzige, bei der es nicht geht, ist falsch. Man darf überfordert

sein, man kann das schliesslich nicht vorher üben und lernen. Überforderung ist normal, ist OK. Man muss das nicht allein machen. Allein machen, das ist ein Märchen.

Gibt es Fälle, die Dir sehr zu Herzen gehen? Wie gehst Du damit um?
Ja, die gibt es. Wo ich manchmal denke, was steht noch an, was ist veränderbar? Mir hilft es in grossen kosmischen Zusammenhängen zu denken. Dass wir alle, bevor wir dieses Leben ergriffen haben, dieses bejahten. Und dass grosse Kräfte und Mächte anwesend sind und ganz nahe beim Kind auch. Sodass diese geschützt sind, unabhängig davon wie verheerend die Verhältnisse auch sein mögen. So kann ich abgeben. Wenn ein Kind auf diese Erde kommt, wird eine Schicksalsgemeinschaft geboren und die hat ihre Gesetzmässigkeiten. Es gibt Mütter und Kinder, für die bete ich heute noch, damit ich das den höheren Mächten abgeben kann.

Zu guter Letzt: Wie erholst Du Dich von den Anforderungen des Alltags? Was ist für Dich Resilienz-stärkend und Kräfte-bildend?
Der regelmässige Aufenthalt in der Natur, im Gespräch sein mit der Natur in meinem Gärtchen, auf Wanderungen in den Bergen – das ist sehr stärkend. Natürlich auch Begegnungen mit Menschen, Gespräche, echte Begegnungen. In meinem strengen Berufsalltag achte ich darauf immer wieder Pausen von mehreren Tagen einzulegen und diese in den Bergen zu verbringen. Spannenderweise nähren mich die Bergwesen der Schweizer Alpen auf eine Art und Weise, wie es die italienischen oder französischen Alpen oder der Himalaya nicht vermag.

Weitere Informationen:
www.itawegman-mutterkindhaus.ch

Kein Leben in Freiheit und Würde ohne Risiken

Fragen an Michaela Glöckler, Kinderärztin und ehemalige Leiterin der Medizinischen Sektion am Goetheanum. Ein Interview, erschienen in der Zeitschrift «Erziehungskunst», Januar 2021.

Erziehungskunst | Ein grosser Teil der Menschheit lebt in Pandemie-Angst. Dabei wird oft übersehen, dass es die Auseinandersetzung mit Viren in der Evolution des menschlichen Organismus und seines Immunsystems schon immer gegeben hat. Welches Krankheitsverständnis liegt dieser Angst zugrunde?
Michaela Glöckler | Da würde ich differenzieren – denn auch ein rein naturwissenschaftlich orientiertes Krankheitsverständnis gibt aus meiner Sicht nicht unbedingt Anlass für die Pandemie-Angst. Diese Angst scheint mir eher der einseitigen medialen Berichterstattung oder einer einseitigen Medienwahrnehmung geschuldet sowie dem Umgang der Politik mit dem Pandemiegeschehen, das sich bisher nur an Zahlen und Sicherheitsdenken orientiert hat.

Was das Krankheitsverständnis anbetrifft, so gibt es ja bei den Wissenschaftlern – auch jenen des Robert Koch Instituts und der Weltgesundheitsorganisation – keinen Zweifel, dass 20–25 % der Corona-positiv Getesteten symptomfrei, d.h. gesund sind.

Deswegen sollte man bei diesen eigentlich nicht von Erkrankten sprechen. 75–80 % der positiv Getesteten hingegen erkranken, entwickeln Symptome, die meisten jedoch nur leichte oder mittelschwer grippeähnliche. Im Weltdurchschnitt sind es 2,2 %, die laut WHO (Stand 13.2.21) schwerst erkranken und an oder mit Corona versterben. Im Landesvergleich liegen die Länder – auch USA und Brasilien – etwas darüber oder darunter. Das bedeutet nicht, dass ich die Gefährlichkeit und besondere Aggressivität von SARS-CoV-2 unterschätze. Es ist keine normale Grippe, sondern im Ernstfall eine schwere Erkrankung. Ich möchte nur dazu beitragen, das Risiko, daran schwer zu erkranken, realistisch einzuschätzen, wenn doch klar ist, dass von den positiv Getesteten 20–25 % gesund sind und im Weltdurchschnitt 97,8 % wieder gesund werden, auch wenn einige von ihnen schwer erkrankt sind.

Wegen des sehr geringen Restrisikos, dass einer der positiv Getesteten vielleicht doch Symptome entwickeln könnte – und weil man unter allen Um-

ständen weitere Ansteckungen verhindern möchte –, setzt man die Nachverfolgung in Gang und schickt alle positiv Getesteten und deren Kontaktpersonen in Quarantäne. Dabei entwickeln dann 70–80 % der positiv Getesteten Symptome – die überwiegende Mehrheit von ihnen aber nur leichte oder mittelschwere grippeähnliche. Von diesen 70–80 % sind es dann je nach Landesstatistik die schon genannten etwa 2,2 % der Erkrankten, die einen schweren Verlauf haben und unter Umständen beatmet werden müssen und an und mit Corona versterben. Diese Gruppe der schwer Erkrankten ist aber statistisch höchst signifikant dominiert von Menschen mit Vorerkrankungen oder weil sie in ihren letzten Lebensjahrzehnten stehen. Das bedeutet nicht, dass ich – wie schon gesagt – die Gefährlichkeit und besondere Aggressivität dieser Viruspneumonie mit ihren Folgeerscheinungen für den ganzen Organismus unterschätze. Es scheint mir jedoch sehr wichtig, das Risiko der Gesamtbevölkerung, schwer zu erkranken, realistisch einzuschätzen und der Angst auf den Grund zu gehen. Dazu gehört auch die Tatsache, dass längst nicht alle mit Vorerkrankungen bei Ansteckung einen schweren Corona-Verlauf zeigen. Und: dass sich laut RKI bisher 97,2 % der 83 Millionen Deutschen nicht infiziert haben! Woher kommt also die Angst?

Entweder davon, dass man diese einfache Überlegung für sich noch nicht angestellt hat, oder aber davon, dass man sich noch nicht bewusst genug mit der Frage auseinandergesetzt hat, warum das Leben selber so geartet ist, dass es jederzeit das Risiko birgt, eine Krankheit zu bekommen oder einen Unfall zu erleiden. Das einzig sichere ist doch, dass jeder von uns eines Tages sterben wird. Ein Leben ohne Risiko gibt es nicht. Wie man jedoch mit dem eigenen Krankheits- und Todesrisiko umgeht, wird wesentlich beeinflusst durch das, was wir Weltanschauung oder spirituelle Orientierung nennen. Für mich hat die Angst-Pandemie auch mit dem herrschenden Materialismus zu tun.

EK | Warum bedeutet der Nachweis von Viren im menschlichen Körper nicht, dass ein Mensch daran erkrankt ist?

MG | Das liegt daran, dass der PCR-Test nur Corona-Virusbestandteile nachweisen kann und – wie ja auch allgemein bekannt – nicht daraufhin validiert ist, dass er mit Sicherheit eine Covid-19-Infektion nachweist. Ausserdem entscheidet über eine Ansteckung nicht das Virus, sondern die Empfänglichkeit oder die Immunkompetenz des Organismus. Es ist ja auffällig, dass die Infektionszahlen dort hoch sind, wo die Luftverschmutzung hoch ist, ärmliche und beengte Wohnverhältnisse vorliegen oder Vorerkrankungen, seelische Belastungen, ein höheres Lebensalter und weitere Faktoren, die das Immunsystem schwächen können. Daher sind ja auch die Seniorenheime besonders betroffen, auch wenn man mit bester Schutzkleidung arbeitet.

EK | Das Letalitätsrisiko bei einer Covid-19-Erkrankung gilt – klinisch betrachtet – nicht als besorgniserregend. Sind dann die Corona-Massnahmen noch sinnvoll?

MG | In der ersten Pandemie-Welle im Frühjahr war es verständlich, dass aufgrund der grossen Unsicherheit, wie sich die Infektionsdynamik entwickeln würde, drastische Massnahmen ergriffen worden sind. Unverständlich war jedoch für mich von Anfang an, dass nicht mit derselben Insistenz, mit der die Infektionszahlen, die Testergebnisse, die Situation auf den Intensivstationen, die schweren individuellen Einzelfälle medial kommuniziert und aufbereitet wurden, die Bevölkerung auch darauf hingewiesen wurde, dass neben der Expositionsprophylaxe (Abstandsregeln, Hygienemassnahmen, Mund-/Nasenbedeckung etc.) auch die Stärkung der eigenen Selbstheilungskräfte, der sogenannten salutogenetischen Ressourcen vor einer Erkrankung schützt. Wie stärkt man das Immunsystem? Auch das ist heute schulmedizinisch und psychoneuroimmunologisch bekannt: gesunde Lebensweise, ausreichend körperliche Bewegung, positive Gefühle,

gesundes Selbstbewusstsein und eine befriedigende Weltanschauung und Lebensperspektive. An all dem kann man arbeiten und das stärkt die Resilienz, die innere Widerstandskraft. Fehlt all das, dann wird das Immunsystem zusätzlich oder erst recht geschwächt. Daher ist Angst ansteckungsfördernd.

EK | Ist das Tragen von Masken in Schulen, sogar im Unterricht, zur Abwehr einer Ansteckung angesichts dieser Entwicklung aus medizinischer Sicht angezeigt?

MG | Aus medizinischer Sicht halte ich persönlich das Tragen von Masken nur da für sinnvoll, wo ein Kind wegen einer Immunschwäche besonderen Schutz braucht – dann sollte dieses Kind aber – ebenso wie eine schutzwürdige Lehrperson – auch eine sehr gute medizinisch geprüfte Schutzmaske tragen – so wie das auch im Krankenhaus üblich ist im Umgang mit immungeschwächten Patienten. Ausserdem macht es Sinn bei Einrichtungen, in denen schutzwürdige Menschen wohnen, und im Einzelfall bei Erwachsenen, die sich und andere schützen wollen. Dies jedoch der Mehrheit der gesunden Kinder im Schulalltag zuzumuten und damit spontane Lebensäusserungen, Lernvorgänge, Eigenaktivität, Freude am Spiel und Sport, an Musik und Kunst zu lähmen oder ganz unmöglich zu machen – ganz zu schweigen von digitalen Ersatzlösungen, die noch einmal für sich mit Bezug auf ihre pädagogische Wertigkeit betrachtet werden müssen –, halte ich nicht für verhältnismässig. Zum einen, weil es keine aussagekräftigen Studien gibt, die den Sinn des Maskentragens in der Schule unter Beweis stellen. Denn dazu müsste man Schulen mit und ohne Maskenpflicht miteinander vergleichen können und sehen, wie sich die getesteten Cluster zueinander verhalten.

Zum anderen, weil die bereits jetzt bekannten Schäden, die bis zu echten Traumatisierungen reichen, den fraglichen Nutzen bei weitem übersteigen. Schon das Gebot der Verhältnismässigkeit der Mittel spricht aus meiner Sicht gegen das Tragen von Masken in den Schulen. Da jedoch die Verunsicherung so gross ist und die Behördenauflagen so strikt, empfehle ich diesbezüglich gute Kommunikation mit den Eltern und Lehrern individuell in jedem Klassenverband, wie man es mit der Maskenpflicht und dem Risiko halten will. Denn wenn eine bestimmte Gruppe von Kindern täglich in einem Raum zusammen ist, lässt sich auch bei strengster Maskenpflicht, Abstandsregeln und häufigem Lüften nicht vermeiden, dass dieselbe Luft, die alle ein- und ausatmen, von möglichen Krankheitserregern belastet ist. Daher ist ein solches Cluster de facto eine Virus-Risiko-Gemeinschaft, in der ein Restrisiko, sich anzustecken, nie auszuschliessen ist.

Bei Kindern kommt hinzu, dass sie ohnehin in den ersten zehn bis zwölf Lebensjahren ihr Immunsystem aufbauen und daher viel häufiger akut erkranken als Erwachsene. Interessant ist auch, dass Covid-19 bei ihnen keine Lungenentzündung hervorruft, sondern ungefährliche Erkältungssymptome bis hin zu Bauch- und Kopfschmerzen.

EK | Man erwartet in Kürze einen Impfstoff gegen Covid-19, in dem erstmals gentechnisch veränderte Substanzen enthalten sind. Was ist davon zu halten?

MG | Grundsätzlich finde ich es wichtig und richtig, an Impfstoffen zu arbeiten, die Menschen vor schweren Erkrankungen bewahren können. Normalerweise braucht jedoch ein Impfstoff 10–15 Jahre, um alle Sicherheitshürden zu durchlaufen, die nötig sind, um den Impfstoff mit gutem Gewissen zulassen zu können. Das jetzt forcierte Eilverfahren, bei dem Impfstoffe zugelassen werden – die noch dazu nicht wie früher üblich mit einem abgeschwächten Krankheitserreger arbeiten, sondern mit Teilen seines genetischen Materials –, finde ich problematisch.

Zum einen, weil man Nebenwirkungen nicht mit grosser Sicherheit ausschliessen kann. Zum anderen, weil man aufgrund seines Vorhandenseins für bestimmte Berufsgruppen oder Reisende einen Impfausweis verlangen kann und damit einen sozialkonformen und indirekten Impfzwang schafft.

EK | Ihr Arztkollege Harald Mathes von der Gemeinschaftsklinik Havelhöhe in Berlin hält die Aufrechterhaltung der derzeitigen Corona-Massnahmen für unangemessen und nicht verhältnismässig. Wie schätzen Sie die Lage ein?

MG | Genauso wie er! Interessant ist auch, dass ein Leserbrief des anthroposophischen Arztes Hans-Jürgen Scheurle 350 000 mal angeklickt und gelesen wurde. Er schliesst mit den Worten: «Wir Ärzte sind verpflichtet, uns gegen unsinnige, schädliche Regierungsmassnahmen zu wenden und dem auf PCR-Tests gegründeten Shutdown, der kulturellen Isolation und dem wirtschaftlichen Niedergang zu begegnen. Begeht die Politik hier «zum Schutz der Menschen» sozialen Selbstmord – aus lauter Angst vor dem Tod? Freiheit und soziale Gesundheit stehen hier einer staatlichen Überfürsorge entgegen, deren Folgeschäden kaum absehbar sind» (Deutsches Ärzteblatt 2020; 117(48): A-2356 / B-1984). Es gehört Mut dazu, sich heute in dieser Richtung öffentlich zu äussern, weil viele bereits Angst davor haben, in die rechte Ecke geschoben oder den Querdenkern zugeordnet zu werden.

EK | Angenommen, es kommt zu einem zweiten Lockdown der Schulen: Ist dann «Waldorfschule, so wie wir sie kennen», noch aufrechtzuerhalten?

MG | Da kann ich nur sagen: Wenn die Waldorfschulen sich nicht auf ihre Wurzeln besinnen und sich klar zu einer Erziehung zur Freiheit und damit zu einem gewissen Lebensrisiko

bekennen, wird es schwierig werden, ihren Erziehungsauftrag aufrecht zu erhalten. Als der bekannte Pionier der Computertechnologie in den USA, Joseph Weizenbaum, 1984 in einem Interview gefragt wurde, ob der Computer den Überwachungsstaat bringen wird, da sagte er zum einen, dass dies ja selbstverständlich sei, denn darauf sei doch von Anfang an hingearbeitet worden. Wenn er aber kommen würde, der Überwachungsstaat, dann sei nicht der Computer daran schuld, sondern die Menschen, die ihre Freiheit nicht verteidigen. Wenn wir die Waldorfpädagogik, diese grundlegende Alternative zum gegenwärtig noch herrschenden Bildungs- und Erziehungssystem, nicht verteidigen – eine Alternative, die auf eigene Initiative und Entfaltung der Kreativität setzt und nicht auf Anpassung – dann werden wir sie verlieren.

EK | Durch die Schulschliessungen und durch den Fernunterricht haben digitale Lehr- und Lernmethoden zugenommen. Was ist von dieser Entwicklung zu halten?

MG | Im Spiegel vom 2. Dezember 2020 sagt die bekannte britische Ökonomin und Kapitalismuskritikerin Noreena Hertz auf die Frage, was die Regierungen gegen die epidemische Vereinsamung der Menschen tun könnten: «Sie sollten die sozialen Medien stärker regulieren, vor allem wenn es um Kinder geht. Die sozialen Medien seien die Tabakindustrie des 21. Jahrhunderts. Ich würde sogar noch weiter gehen: Verbietet die Netzwerke, die Kinder unter 16 süchtig machen.» An den Waldorfschulen gilt: Erst selbst alles lernen, was der Computer kann – auch wie er funktioniert – bevor man ihn dort einsetzt, wo er das Unterrichtsgeschehen wirklich fördern kann. Der Körper und die Seele des Menschen sind keine Computer. Sie brauchen für ihre gesunde Entwicklung die realweltliche Auseinandersetzung und Stimulation. Daher hat die europäische Allianz von Initiativen angewandter Anthroposophie (ELIANT) zusammen mit dem Bündnis für humane Bildung eine Petition an die Bildungsverantwortlichen der EU auf den Weg gebracht, um die Wahlmöglichkeit für bildschirmfreie Kindergärten und Grundschulen zu erhalten. Da sind wir dankbar für jede Unterstützung.

EK | Die Elternschaften und Kollegien an Waldorfschulen reagieren zum Teil sehr unterschiedlich in Bezug auf den Vollzug der staatlichen Anordnungen und Auflagen. Was wäre nötig, um den sozialen Frieden wiederherzustellen?

MG | Ich hatte Gelegenheit, in verschiedenen Waldorfkollegien Vorträge zur Corona-Pandemie zu halten. Mein Anliegen war dabei, so über die Pandemie und ihre Auswirkungen zu sprechen, dass beide Seiten – die sogenannten «Covidioten» und «Panikisten» – sich gegenseitig verstehen und keine Gruppe den Anspruch erhebt, die andere zu dominieren. Selbstverständlich sind klare Vorgaben staatlicherseits bindend. Es gibt aber grosse Unterschiede in der Art der Umsetzung. Diese reichen vom vorauseilenden Gehorsam bis zu gut abgewogenen individuellen Absprachen und dem Schaffen von Freiräumen. Polarisierung, Angst, Sprachlosigkeit und Tabuisierung können nur durch sachliche Information geheilt werden und den Willen zum gegenseitigen Verständnis.

EK | Am 11. November 2020 wurde das «dritte Gesetz zum Schutz der Bevölkerung bei einer epidemischen Lage von nationaler Tragweite» verabschiedet, das es ermöglicht, wesentliche Grundrechte einzuschränken oder gar aufzuheben. Wie schätzen Sie diese Entwicklung ein?

MG | Da kann ich nur wieder auf Joseph Weizenbaum verweisen: Wenn wir unsere Freiheit nicht verteidigen, werden wir sie verlieren. Es gibt zwei Argumente, mit denen jede Regierung die ihr anvertraute Bevölkerung von jedweden Massnahmen überzeugen kann: das eine ist die Angst vor Terrorismus und Gewalt und das andere ist die Angst vor tödlichen Epidemien – in beiden Fällen wird mit der existenziellen Angst um Leib und Leben gearbeitet. Leib und Leben sind des Menschen höchstes Gut, weswegen ihm hier Sicherheit vor Freiheit geht. Daher braucht es genügend Menschen mit gesundem Menschenverstand, die die tatsächlichen Risiken klar erkennen, die Verhältnismässigkeit der Massnahmen prüfen und sich dann stark machen dafür, dass ein Leben in Freiheit und Würde ohne Risiken nicht zu haben ist. Ich hoffe und fordere, dass die Regierungen in den verschiedenen Ländern sich grosse Fachberatungen für solche weitgehenden Massnahmen zusammenstellen, die unabhängig von wirtschaftlichen Interessen, insbesondere die menschliche Dimension in die Diskussion mit einbringen, um zu den für die Menschheit förderlichen Entscheidungen zu finden. Bildung darf gesamtgesellschaftlich nicht als Anpassungsvorgang an die Anforderungen aus Wirtschaft und Gesellschaft begriffen werden, sondern als ein Entwicklungsweg zu einer verantwortungsbewussten und freien Persönlichkeit.

www.eliant.eu
www.erziehungskunst.de

Wir bedanken uns sehr herzlich bei Dr. Michaela Glöckler und bei der Zeitschrift «Erziehungskunst» für die freundliche Genehmigung, das Interview hier abdrucken zu dürfen.

Aktuelles zum Bauvorhaben

Der Baukreis freut sich sehr, über zwei wichtige Etappen auf dem Weg zur Realisierung des Bauvorhabens «Verdichtung und Erweiterung» informieren zu können.

1. Baubewilligung erteilt
Am 14. Februar 2021 hat das Bau- und Gastgewerbeinspektorat das Baugesuch der Schule bewilligt. Es wurde am 28. April 2020 eingereicht, mit der neuen Mensa, den naturwissenschaftlichen Räumen, der Turnhalle und den Unterrichtsräumen für das 12. und 13. Schuljahr.

2. Kostenrahmen 20.8 Mio. CHF eingehalten
Das strikte Einhalten des Kostenrahmens von 20.8 Millionen Franken war und ist für Baukreis und Projektteam verbindlich.

In der Baukreissitzung vom 27. April hat der Generalplaner ARGE RSSB Standke Gruner das Ergebnis der Submission bekanntgegeben. Die erwarteten Kosten liegen bei 20.57 Millionen Franken. Inbegriffen sind dabei die zusätzlichen Kosten für den Ausbau des 2. Obergeschosses, die Behördenauflagen aus dem Bewilligungsverfahren, 100 000 Franken für das Jakobshüttli sowie eine Reserve in Höhe von 960 000 Franken. Damit hat der Baukreis eine seiner wichtigsten Aufgaben erfüllt.

In der nächsten Ausgabe der Mitteilungen werden wir mehr darüber berichten.

Für den Baukreis
Dieter Schaffner und Benz Schaffner

© Copyright Standke Architekten, Fotomontage, keine fotorealistische Darstellung, 12. 2. 2021

Kindertagesstätten
KIBU – Kinderburg

Kinderburg Münchenstein
Gutenbergstrasse 1
Kinderburg Seewen ***auf dem Bauernhof***
Grellingerstrasse 10

Glücklich betreut - hereinspaziert !

Täglich von **07:15 Uhr – 18:00 Uhr**
für Kinder von 3 Monaten bis 15 Jahren.

- **Naturpädagogik mit Tieren und anthroposophischem Hintergrund auf unserem eigenen Bauernhof (Seewen) für alle Altersstufen.**
- **Zwei altersgemischte Gruppen und eine Kindergarten-/Schülergruppe ab 4 Jahren in Münchenstein.**

Unser Angebot:

- Tagesbetreuung für Kinder ab 3 Monate bis 15 Jahre
- Abholdienst vom Kindergarten
- Mittagstisch für Kinder von 4 bis 15 Jahre
- Aufgabenhilfe, Nachmittagsbetreuung mit Aktivitäten
- Tageslager für Kinder in den Sommerferien
- Tiergestützte Pädagogik auf dem eigenen Hof

Wir bieten auch Lehrstellen FaBe und Praktika an

www.kibu.ch **info@kibu.ch**
Tel: 061 411 11 18 **Mobile: 079 411 11 88**

Hier könnte Ihr Inserat stehen. Interessiert?

Inseratepreise

	s/w	farbig
1 Seite	290.00	350.00
½ Seite	165.00	200.00
¼ Seite	95.00	120.00

Weitere Informationen:
info@steinerschule-basel.ch
061 331 62 50

alfred neuman

Alfred Neuman
Naturtextilien und Mineralien
Herzentalstrasse 40, CH-4143 **Dornach**
Telefon 061 - **701 38 26**

Eine Spezialität von uns:

- **Naturweisse Schaffelle, waschbar**
  Für Kranke und Gesunde.
  Zur Erleichterung bei **rheumatischen Schmerzen** und **Wundliegen.**
  In vier verschiedenen Grössen. Von Fr. 89.— bis 189.—

Besuchen Sie unseren Online-Shop!

Blanko-Bücher, Fotoalben, Adressbücher, Ordner, Mappen, Karten, Leporelli, gedrehte Blöcke, CD-Sammeltaschen, Schachteln.

Alles handgefertigte Unikate aus unserer
Buchwerkstatt!

Einfach stöbern, bestellen, nach Hause liefern lassen oder im Sekretariat abholen.
Noch bis Ende November 2021!

https://bazar-rssbasel.ch

Ihr Vertrauenspartner in Sachen Umzüge

Bannhollenweg 16
4143 Dornach
Tel. +41 61 461 72 61
Fax +41 61 461 72 81
zeltner@umzugslogistik.ch

ZELTNER
UMZUGSLOGISTIK

www.umzugslogistik.ch

STEINBILDHAUEREI
PHILIPPE BAUR CHOFFAT

GRABMALE
INSCHRIFTEN
SKULPTUREN
061 381 66 68 / 077 427 78 22
WERKSTATT: AKTIENMÜHLE
GÄRTNERSTRASSE 46
4057 BASEL
PHILIPPEBAURBILDHAUER.CH

Iran – Menschen, Kultur, Geschichte, Landschaften

Spezialreisen in Kleingruppen (mind. 2 – max. 11 Pers.), in bequemen Geländewagen (Nissan Patrol), erfahrene Reiseleitung durch Reiseveranstalterin und lokale Reiseleiter.

Weitere Informationen, Detailprogramme sowie Preise unter:
info@iranreisen.ch / 079 472 44 91
www.iranreisen.ch

mediationsstelle

Das Team
Sandra Kohler, Irene Koller,
Joschko Ruppersberg, Timon Sutter

Wir unterstützen Schülerinnen und Schüler, Eltern und Mitarbeitende der Schule in Konfliksituationen.

Das Angebot der Mediationsstelle
Klärungshilfe bei Unsicherheiten sowie Beratung zu möglichen Vorgehensweisen bei Kommunikationsproblemen und Konfliktsituationen.
Coaching von Einzelpersonen, Gesprächsleitungen, Mediation.

Kontakt
E-Mail: mediation@steinerschule-basel.ch
Telefondienst während der Schulsemester, Telefon: 076 514 12 16
Bitte Nachricht auf Combox hinterlassen

GR
GEIGENBAU REUTER
ehemals Roland Baumgartner

Geigenbau Reuter GmbH
Innere Margarethenstrasse 10
4051 Basel
Telefon 061 263 00 91
info@geigenbau-reuter.ch
www.geigenbau-reuter.ch

Öffnungszeiten
Di – Fr: 9 –12 / 14 –17 Uhr
Sa: 9 –12 / 14 –16 Uhr
Mo: geschlossen

CHRISTIAN JOHANNES GANTER

GANTER
STREICHINSTRUMENTE

Mietinstrumente
Reparaturen
Anfertigung von
klassischen Streich-
instrumenten

Burgstrasse 57
CH - 4125 Riehen
Tel. 0041 (0) 61 602 00 22
christian@ganterstrings.com
www.ganterstrings.com

Freie Musikschule Basel

Begegnung
im Freiraum Musik

www.freiemusikschulebasel.ch

ZAHNARZTPRAXIS
DR. MED. DENT. LIONEL HOUDELIER

ALTERNATIVE KIEFERORTHOPÄDIE
AB 2 JAHREN

- Frühbehandlung - ersetzt Schnuller oder Daumen
- Für die ganzheitliche Entwicklung und Gesundheit
- Abnehmbare Spange
- Physiologische Wirkung
  - Schmerzfrei,
  - fördert das optimale Mundwachstum,
  - Frühbehandlung im Alter von fünf Jahren wirkt dreifach schneller als mit zwölf Jahren.
- Kostenübernahme durch Zusatzversicherungen möglich

GANZHEITLICHE ZAHNHEILKUNDE
FÜR JEDES ALTER

HOUDELIER GMBH, BIELSTRASSE 10, 4104 OBERWIL
praxis@houdelier.ch - 061 401 02 03
www.zahnarztpraxis-oberwil.ch

« Wir lieben **Naturheilmittel.** »

/saner apotheke
@saner apotheke
www.**saner-apotheke**.ch

SANER APOTHEKE

SCHLÖHLEIN

Musiknoten und -bücher, neu und antiquarisch

JETZT AN NEUER ADRESSE!

Leonhardsgraben 50 4051 Basel
061 261 43 17 info@schloehlein.ch
www.schloehlein.ch

PHILIP BROM GARTENBAU

gestaltet und pflegt Gärten

Mühle 4112 Bättwil • Tel. 061 731 30 22 • Fax 061 731 35 33
info@bromgartenbau.ch • www.bromgartenbau.ch

Biogemüse im Abo

Wöchentlich frisches
Gemüse direkt vom Hof.
Nähere Informationen
im Internet unter
www.birsmattehof.ch

Agrico
Genossenschaft für
biologischen Landbau
CH-4106 Therwil
Tel. 061 721 77 09
Fax 061 723 90 58

BIO

birsmattehof

Einswerden mit über 100 Fachtiteln.

Anthroposophische Bücher gibts bei Bider & Tanner.

Bücher | Musik | Tickets
Am Bankenplatz | Aeschenvorstadt 2 | 4010 Basel
T +41 (0)61 206 99 99 | F +41 (0)61 206 99 90
www.biderundtanner.ch

Bider&Tanner
Ihr Kulturhaus in Basel

In unseren Spielgruppen hat es noch freie Plätze!

Wir freuen uns, Ihr Kind bei uns willkommen zu heissen.

Spielgruppe «Schwalbenäscht» – mit Kisten, Klötzen und Geschirr

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag 8:15 Uhr–12:00 Uhr

Naturspielgruppe «Bluemegärtli» – Wasserrinne und Feuerstelle inklusive

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag 8:15 Uhr–12:00 Uhr
Mittwoch und Donnerstag: Frühe Deutschförderung

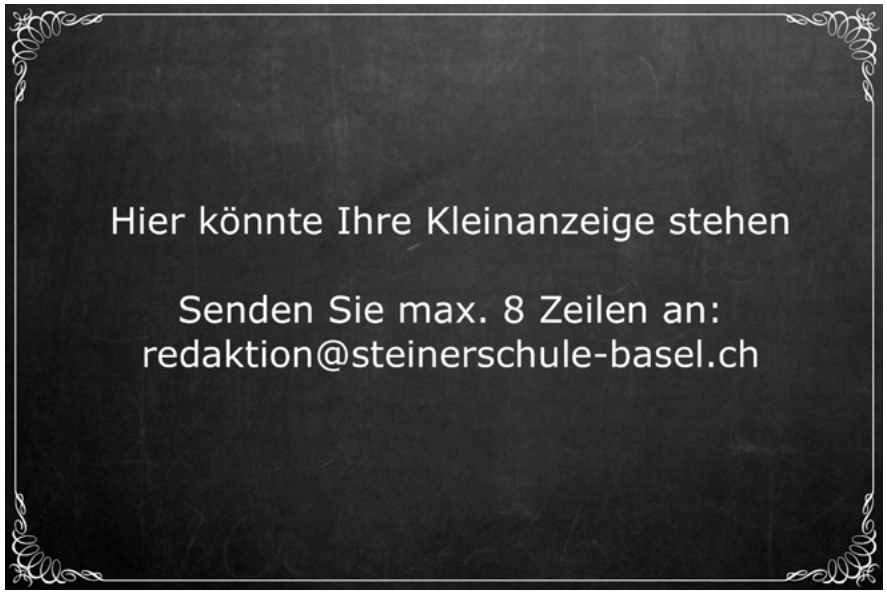
Anmeldung: info@steinerschule-basel.ch

www.steinerschule-basel.ch/hausspielgruppe
www.steinerschule-basel.ch/naturspielgruppe

Rudolf Steiner Schule Basel

Angebote – Wünsche – Kontakte

Diese Seite steht im Sinne eines Anschlagbretts zur Verfügung. Hier finden Sie Kontakte. Senden Sie uns maximal acht Zeilen an: redaktion@steinerschule-basel.ch oder per Post.



Schulsekretariat

Vormittags 061 331 62 50
Montag bis Freitag 7:30 bis 12:00 Uhr

Nachmittags
Montag bis Mittwoch 14:00 bis 16:00 Uhr

Ausserhalb der Öffnungszeiten erreichen Sie uns per E-Mail:
info@steinerschule-basel.ch

Jakobshüttli

Leitung: Barbara Züger, jakobshuettli@steinerschule-basel.ch 061 560 80 47
für Kinderabmeldungen 079 942 00 97

Kindergärten

Kindergarten Schnäggehüsli
Sierenzerstrasse 37, 4055 Basel
Leitung: Jenny Gschwind
jenny.gschwind@steinerschule-basel.ch 061 481 20 55

Kindergarten Holderhüsli
Hohe Winde-Strasse 38, 4059 Basel
Leitung: Sabine Häfner
sabine.haefner@steinerschule-basel.ch 061 361 02 74

Kindergarten Hummel
Niklaus von Flüe-Strasse 19, 4059 Basel
Leitung: Olivia Wolff
olivia.wolff@steinerschule-basel.ch 077 489 89 39

Kindergarten Rosenbogen
Spiegelbergstrasse 18a, 4059 Basel
Leitung: Anna Moster
anna.moster@steinerschule-basel.ch 077 489 90 88

Kindergarten Haselbusch – Naturkindergarten
Rainallee 111, 4125 Riehen
Leitung: Simone Dirr
simone.dirr@steinerschule-basel.ch 078 630 60 25

Kindergarten Birsmattehof – Bauernhofkindergarten
Birsmatthof 1, 4106 Therwil
Leitung: Violaine Sirdey
violaine.sirdey@steinerschule-basel.ch 061 723 90 57

Frühe Kindheit

Naturspielgruppe «Bluemegärtli»
Leitung: Andrea Jost (Mo, Di)
andrea.jost@steinerschule-basel.ch 079 647 58 70

Leitung: Lucienne Bockemühl (Mi, Do)
lucienne.bockemuehl@steinerschule-basel.ch 076 426 01 63

Hausspielgruppe «Schwalbenäscht»
Leitung: Sylvia Kost (Mo bis Do)
sylvia.kost@steinerschule-basel.ch 061 401 06 77

Eltern-Kind-Gruppe
Leitung: Michaela Ecknauer (Do, Fr)
michaela.ecknauer@steinerschule-basel.ch 061 701 63 57

Kindereurythmie
Leitung: Michaela Ecknauer (Mi, Do, Fr)
michaela.ecknauer@steinerschule-basel.ch 061 701 63 57

Diese Mitteilungen wurden mit freundlicher Unterstützung von Weleda AG gedruckt.

Gemeinschaftsraum

Steffen Lauinger (Leitung), Hannah Huddy
Monica Koepfer (Pausenverpflegung) 061 560 80 52

Hauswartung

Thomas Schmitt (Koordination), Volker Hassemer,
Marco Wildhaber, Eric Weber 061 333 86 57
079 863 65 90

Raumvermietung

Thomas Schmitt 061 333 86 57

Konferenzleitung

Die Konferenzleitung ist Ansprechorgan des Kollegiums. Sie steht sowohl Eltern, Schülerinnen und Schülern, Mitarbeitenden als auch der Öffentlichkeit für deren Anliegen oder Fragen zur Verfügung. Mitglieder der Konferenzleitung erreichen Sie über das Sekretariat unter der Nummer 061 331 62 50 oder konferenzleitung@steinerschule-basel.ch

Sabine Häfner, Christan Ostheimer, Daniel Thiel

Präventions- und Meldestelle

Grenzverletzungen sind kein Kavaliersdelikt. Die Rudolf Steiner Schule Basel nimmt die Verletzungen der physischen, psychischen und sexuellen Integrität sehr ernst.

Deshalb hat sie eine Präventions- und Meldestelle eingerichtet. Sie ist Anlaufstelle für Eltern, Schülerinnen und Schüler und Mitarbeitende, wenn der Verdacht oder die Kenntnis von Übergriffen besteht.

Sie erreichen die Präventions- und Meldestelle über das Sekretariat unter Telefon 061 331 62 50 oder direkt unter meldestelle@steinerschule-basel.ch.

Claudio Czak, Tatjana von Toenges, Vivian Birk

Mediationsstelle

Unsere Mediationsstelle unterstützt Schülerinnen und Schüler, Eltern und Mitarbeitende.

Wenn Probleme in der Kommunikation bestehen, Konflikte nicht mehr lösbar scheinen, steht für Sie folgendes Team bereit, das unabhängig und qualifiziert ist. Anfragen nimmt es während der Schulzeit unter der Nummer +41 76 514 12 16 entgegen oder mediation@steinerschule-basel.ch

Sandra Kohler, Irene Koller, Joschko Ruppersberg, Timon Sutter

Rudolf Steiner Schule Basel Mitteilungen

Herausgeber

Kollegium und Schulverein

Redaktion

Manuela Krattiger, redaktion@steinerschule-basel.ch

Satz

Sven Baumann

Inserate

Manuela Krattiger, redaktion@steinerschule-basel.ch oder Tel. 061 331 62 50 (Sekretariat)

Copyright der Bilder

Manuela Krattiger: Titelbild; un-perfect auf pixabay: S. 15; Free-photos auf pixabay S. 16; Wolfgang Eckert auf pixabay S. 17; Manuela Biesantz: S. 20–21; Steffen Lauinger: S. 23–26; Benjamin Koechlin: S. 29, S. 65; Sophia Galsterer: S. 31; Tanja Baumgartner: S. 35–39; Katarina Guldimann: S. 42, 45; Roma Guldimann: S. 43; Oberholster Venta auf pixabay: S. 66

Adresse

Rudolf Steiner Schule Basel
Redaktion Mitteilungen
Jakobsbergerholzweg 54, 4059 Basel
www.steinerschule-basel.ch

Postcheck: 40-6024-5

Erscheinungsdaten

4 × pro Jahr, Frühling, Sommer, Herbst, Winter
Jahresabonnement: Fr. 40.– (für Eltern im Schulgeld inbegriffen)
Abo-Bestellung: redaktion@steinerschule-basel.ch oder 061 331 62 50 (Sekretariat)

Redaktionsschluss

5. Februar, 5. Mai, 15. August, 5. November

Revolutionär seit bald 100 Jahren

Im Rahmen der Veranstaltung «Europäischer Tag des Denkmals» laden wir Sie zu den Führungen durch unsere Schule ein. Thematisiert wird die Architektur und Gestaltung des Schulhauses, die vom international bekannten Ingenieur Heins Hossdorf mitgeprägt wurde, sowie das pädagogische Konzept mit Einblicken in den Schulalltag.

Datum: Samstag, 11. September 2021
Treffpunkt: Eingang Schulhaus, Jakobsbergerholzweg 54, 4059 Basel
Führung 1: 11:00 bis 11:45 Uhr
Führung 2: 14:00 bis 14:45 Uhr
Durch das Schulhaus führen:
Christoph Standke, Architekt
Marc Rohr, Bauberater Kantonale Denkmalpflege
Benz Schaffner, Co-Schulvereinspräsident

Informationen zu Teilnahme- und Anmeldeformalitäten folgen zeitgerecht auf www.denkmalpflege.bs.ch

Rudolf Steiner Schule Basel