

# VERANSTALTUNGEN

Informationen zu den aktuellen Veranstaltungen und Aktivitäten finden Sie unter [www.insieme-bl.ch](http://www.insieme-bl.ch)

## Ferienwochen

25. September bis 01. Oktober 2021 > Bergferienwoche, Valbella

03. Oktober bis 09. Oktober 2021 > Ferienwoche auf dem Leuenberg, Hölstein

11. Oktober bis 15. Oktober 2021 > Theaterwoche auf dem Bienenberg, Liestal

18. Oktober bis 22. Oktober 2021 > Benvenuti in Ticino, Magliaso

30. Januar bis 05. Februar 2022 > Winterferienwoche im Toggenburg

06. Februar bis 12. Februar 2022 > Ski- und Langlaufwoche in Valbella

27. Februar bis 05. März 2022 > Ski- und Langlaufwoche Engstligenalp



**insieme**

### insieme Baselland

Verein zur Förderung von Menschen mit einer geistigen und/oder anderen Behinderung

insieme Baselland Geschäftsstelle

Eichenweg 1, 4410 Liestal

061 922 03 14

[info@insieme-bl.ch](mailto:info@insieme-bl.ch)

[www.insieme-bl.ch](http://www.insieme-bl.ch)

BLKB CH31 0076 9016 9100 7940 7

Herausgeberin insieme Baselland

Auflage 1500 Exemplare

Redaktion Geschäftsstelle insieme Baselland

Redaktionsschluss Nr. 3/2021,

17. Oktober 2021

Gestaltung blattnergrafik

Druck WBZ Reinach

Die nächste Ausgabe der gazetta erscheint

im Dezember 2021. Bitte mailen oder senden

Sie Ihre Artikel, Fotos, Anekdoten, Leserbriefe

und Daten der wichtigsten Veranstaltungen

an die insieme-Geschäftsstelle.

# gazetta

Ausgabe 2 / 2021



Bauwagenprojekt SO\_BA

[insieme Baselland](#)

[insieme BL Stiftung ESB](#)

[insieme BL Stiftung für Kinder und Jugendliche](#)

[SRK Schweizerisches Rotes Kreuz](#)

[Angehörigenteam](#)

[Freizeit / Sport](#)

[Kontaktdecke](#)

[Veranstaltungen](#)

**Mit den Jahren runzelt die Haut, mit dem Verzicht auf Begeisterung aber runzelt die Seele** (Albert Schweizer)

Der Verein insieme Baselland legt dieses Jahr den Fokus auf das Thema «Alter». Es ist erkennbar, dass die demografische und gesellschaftliche Entwicklung Auswirkungen auf die Bedürfnisse von uns Menschen hat. An unserer Mitgliederversammlung wurde die Thematik behandelt. Wie die Referenten die Frage «Was bedeutet alt werden mit einer Beeinträchtigung?» aufgegriffen haben, erfahren Sie ab Seite 2.

Neue Bedürfnisse verändern die Nachfrage. Um den Anliegen gerecht zu werden, bemühen wir uns stets um Anpassung und Erweiterung unseres Angebotes. Wie bereits in der vorgängigen Ausgabe angekündigt, startete im Frühjahr die neue Sportgruppe 60+. Das Bewegungsangebot ist auf grosses Interesse gestossen. Auf Seite 19 erhalten Sie die ersten Einblicke dazu.

Anderweitig erwarten Sie lebendige, kreative und interessante Berichte und Beiträge aus dem alltäglichen Leben, zum Beispiel, wie sich das sonderschulische Brückenangebot Muttenz eine eigene Werkstatt auf Rädern baut (Bild), oder Familienentlastung durch das Rote Kreuz Baselland geleistet wird (Gastbeitrag).

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen. <

Andrea Brand, Geschäftsstelle



## Neue Mitarbeiterin auf der Geschäftsstelle

Mein Name ist Brigitte Mertz, ich bin 43 Jahre alt, wohne in Diepflingen, bin verheiratet und habe zwei Töchter im Alter von 13 und 10 Jahren.

Nach meiner Lehre bei der «National Versicherung» 1998 habe ich im Bereich der Pensionskassenverwaltung bei der assubera AG angefangen zu arbeiten und wurde zu Beginn für die Datenerfassung einer Säule 3a-Stiftung eingestellt. Durch mein Engagement durfte ich verantwortungsvollere Aufgaben übernehmen. Zum Schluss habe ich 13 firmeneigene Pensionskassen verwaltet. Die assubera AG wurde im Jahr 2009 von der Pico Vorsorge AG in Basel übernommen. Die Pico Vorsorge AG verwaltet die bekannte Stiftung «Stiftung Abendrot».

Im Jahr 2015 habe ich die Ausbildung zur Mediatorin absolviert und im Jahr 2020 habe ich das Diplom zum Lösungsorientierten Coach DS gemacht.

Zwischen Oktober 2018 und März 2021 habe ich alles zu Hause gemanagt und war froh, konnte ich im Lockdown vollumfänglich für meine Kinder da sein. Im August 2020 wurde ich Mitglied im Schulrat der Primarschule Diepflingen.

Seit dem 01. April 2021 arbeite ich bei insieme Baselland auf der Geschäftsstelle in Liestal und durfte bereits einige von Ihnen persönlich oder telefonisch kennenlernen. Ich freue mich auf die Zusammenarbeit und auf die Weiterentwicklung.



## Mitgliederversammlung

vom 16. Juni 2021

### Referat zum Thema «Was bedeutet alt werden mit einer Beeinträchtigung?»

Aufgrund der beschlossenen Lockerungen des Bundesrates Ende Mai 2021 konnten wir mit Freude die Mitgliederversammlung durchführen. Wir durften 41 Personen an unserer Mitgliederversammlung und den anschliessenden Referaten begrüßen.

Wir haben uns im Jahr 2021 mit dem Thema «Was heisst alt werden mit einer Beeinträchtigung» befasst. Dazu haben wir Herrn Florian Suter, ehemaliger Hausarzt und Frau Tanja Kern, Geschäftsleitungsmitglied der ESB (Eingliederungsstätte Baselland) für die Referate eingeladen.

### Behinderung oder Beeinträchtigung: Art. 2 des Behindertengesetzes (BehiG)

Mensch mit Behinderung = Person, der eine voraussichtlich dauernde körperliche, geistige oder psychische Beeinträchtigung erschwert oder verunmöglicht, alltägliche Verrichtungen vorzunehmen, soziale Kontakte zu pflegen, sich fortzubewegen, sich aus- und weiterzubilden oder eine Erwerbstätigkeit auszuüben.

- Nicht jede Beeinträchtigung führt zu einer Behinderung (im Sinne des BehiG).
- Menschen mit einer Beeinträchtigung, die keine Behinderung zur Folge hat, sind im Alter oft mit den gleichen Anforderungen wie Menschen ohne Beeinträchtigung konfrontiert.

### Was heisst alt werden mit einer Behinderung bzw. Beeinträchtigung aus gesundheitlicher Sicht?

Beleuchtet wurden hier die Anforderungen an eine ambulante und stationäre Betreuung, welche zentraler werden.

Auch für uns wird eine gesundheitliche Vorausplanung im Alter immer wichtiger. Unsere Wünsche und Vorstellungen können wir in einer Patientenverfügung oder durch einen Vorsorgeauftrag sicherstellen.

Aber wie sieht das bei Menschen mit einer geistigen Behinderung bzw. Beeinträchtigung aus? Menschen, bei denen die Kommunikations- und Urteilsfähigkeit eingeschränkt oder gar nicht vorhanden sind?

In einem solchen Fall ist es wichtig, sich im Vorfeld mit dem behandelnden Arzt bzw. Ärztin auseinanderzusetzen und sich diverse Fragen zu stellen, um anschliessend die richtige Wahl zu treffen. Zum Beispiel:

- Können die Ärztinnen und Ärzte auf ein gutes Netzwerk von Spezialisten zurückgreifen? (aus Neurologie, Psychiatrie etc.)
- Gehen die Ärztinnen und Ärzte auf die Bedürfnisse und Wünsche der Patientin, des Patienten ein?

Um dies sicherstellen zu können ist eine enge Zusammenarbeit und der Austausch zwischen den behandelnden Ärztinnen und Ärzten und Angehörigen oder Betreuungspersonen massgebend.

Auch die Anforderungen an eine stationäre Betreuung werden immer massgebender und wegweisender. Das Universitäts Spital Basel beschäftigt eine «Behindertenbeauftragte». Sie steht für ein barrierefreies Gesundheitsangebot, bei dem die Behandlung der Behinderung angepasst wird. Sie vertritt die Bedürfnisse von Menschen mit einer Behinderung und berät die Abteilungen.

Dieser Einblick zeigt uns, dass eine gesundheitliche Vorausplanung für alle Menschen wichtig und empfehlenswert ist, ganz besonders für Menschen mit einer Behinderung bzw. einer Beeinträchtigung.

### Tagesgestaltung für Seniorinnen und Senioren

Nach einer kurzen Pause begrüsst Frau Tanja Kern die Anwesenden. Es freut sie, in diesem Umfeld sprechen zu dürfen.

Frau Tanja Kern ist 46 Jahre alt, Geschäftsleitungsmitglied der ESB (Eingliederungsstätte Baselland) und betreut die Tagesgestaltung für Seniorinnen und Senioren mit einer Beeinträchtigung.

Mit der Pensionierung müssen wir uns alle aktiv auseinandersetzen. Etwas zu tun ist ein Urbedürfnis des Menschen. Jedoch gehen im Alter die Möglichkeiten und Kompetenzen sich selbst zu betätigen mehr und mehr verloren.

Diese Einschränkungen können zum Verlust des Lebenssinns, zu Rückzug, Antriebslosigkeit und Depressionen führen. Wichtig ist es deshalb sinn- und freudestiftende Angebote anzubieten, den Alltag zu strukturieren, sowie aktivierende Elemente und eine unterstützende zweite Lebenswelt zu bieten. Um nur einige Ziele der Tagesgestaltung von Seniorinnen und Senioren zu nennen:

- Aufbau oder Erhaltung einer Tages- und Wochenstruktur
- Aufbau oder Erhaltung einer zweiten Lebenswelt
- Aktivierung, Erhalt und Förderung der Kommunikationsfähigkeit
- Aktivierung und Erhaltung der Gesundheit und Mobilität
- Erhaltung von lebenspraktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten
- Schaffung von Struktur, Atmosphäre und Angeboten zur psychischen und physischen Entspannung

Frau Tanja Kern hat uns einen Gast mitgebracht, Herr Dieter Bruxdorf. Er ist 69 Jahre alt und wohnt seit 2013 in der ESB. Er besitzt ein sehr gutes Zahlengedächtnis und vor seiner Pensionierung gehörte es zu seinen Aufgaben, zu weben. Seinen Webstuhl hat er gleich in die Pension mitgenommen.

Für Menschen mit einer Beeinträchtigung ist es wichtig, dass die Beschäftigung von der vorherigen Arbeit mit in die Tagesgestaltung einbezogen wird. Das vermittelt das Gefühl gebraucht zu werden und weiterhin Teil der Gesellschaft zu sein. Der Übergang in die Pensionierung erfolgt langsam und schrittweise. Ebenso wichtig ist es, dass die Teilnehmenden bei der Tagesgestaltung mitbestimmen was sie tun und wohin sie gehen möchten.

Mit einigen Impressionen erhalten wir einen Einblick in die abwechslungsreiche und interessante Tagesgestaltung der Teilnehmenden.

Mit dem folgenden Zitat von Walt Disney schliesst Frau Tanja Kern ihr Referat ab.  
«Lachen ist zeitlos, Phantasie kennt kein Alter und Träume sind für immer» Walt Disney

Herzlichen Dank an Herrn Florian Suter und Frau Tanja Kern.

### Wahl neue Vorstandsmitglieder

An der Mitgliederversammlung haben die anwesenden Mitglieder Sophie Bleuel und Stefan Schelker in den Vorstand gewählt. Wir freuen uns sehr über diesen Zuwachs und auf die erfolgreiche Zusammenarbeit.

Sophie Bleuel ist 26 Jahre jung und lebt in Basel. Sie hat den Master Erziehungswissenschaft diesen Sommer abgeschlossen und arbeitet als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universität Zürich am Lehrstuhl Gesellschaft, Partizipation und Behinderung.



Sophie engagiert sich bereits seit 5 Jahren für den Verein insieme Baselland. Sie begleitet regelmässig die Winterferienwoche, die Ferienwoche auf dem Bauernhof sowie die Ferienwoche auf dem Leuenberg. Zudem leitet sie das neue Projekt «Flussreise», und sticht diesen Sommer mit den Teilnehmenden für fünf Tage in den Rhein.

Auch unter den Sportlerinnen und Sportlern ist Sophie ein bekanntes Gesicht. Sie leitet die Sportgruppe Reinach.

Als das Sportangebot während Corona nicht stattfinden konnte, lancierte sie regelmässig

virtuelle Treffen per Zoom, welche auch jetzt noch rege genutzt werden.

Sophie freut sich auf die Mitarbeit im Vorstand und auf die Mitgestaltung der Zukunft.



Stefan Schelker ist 63 Jahre alt und lebt in Dornach. Er ist Betriebsökonom und Geschäftsführer der Gysin AG in Itingen.

Seit 2012 engagiert sich Stefan Schelker im Stiftungsrat der Eingliederungsstätte Baselland ESB. Seit 2015 als Vizepräsident und seit Mai 2018 als Präsident.

Stefan Schelker vertritt im Vorstand von insieme Baselland die Stiftung ESB, welche im Jahr 2008 errichtet wurde und seither durch die gemeinsame Vergangenheit und die gemeinsame Zielsetzung dem Verein ideell und partnerschaftlich verbunden bleibt und jeweils durch ein Stiftungsratsmitglied im Vorstand von insieme Baselland vertreten wird.

### Stella insieme 2021

Der Stella insieme 2021 wurde an die Familie Baerlocher-Kuhn verliehen. Susette und Mischa, zusammen mit Sohn Noé bereichern seit vielen Jahren das Ferien- und Freizeitangebot von insieme Baselland.

Vor elf Jahren entdeckte Mischa als Begleitperson erstmals die Winterferienwoche in Oey, woraufhin sich Mischa und Susette zusammen an die Hauptleitung gewagt haben und seither jährlich mit viel Elan, Motivation und Herzblut die Ferienwoche im Schnee anbieten. Dabei steht das gemütliche Zusammensein im Zentrum und die Natur wird mit Wanderungen und Spaziergängen mit Hilfe von Schlitten und Schneeschuhen erkundet.

Von 2012 bis 2014 übernahm Susette die Projektwoche «Ich und das Internet» und war gleichzeitig auch für die kulinarische Verpflegung zuständig.

Susette und Mischa scheinen ein Geschick für gesellige, lebendige und kreative Ferienwochen zu haben. Seit 2015 leitet Susette zusätzlich die Ferienwoche auf dem Bauernhof in Rothenburg, wo nebst dem sozialen Aspekt, Begegnungen mit Lamas, Kühen, Katzen, Ziegen und Hunden möglich sind und der Whirlpool zum Geheimtipp zählt. Mischa begleitet an der Seite von Susette die Ferienwoche.

Ein nicht mehr wegzudenkender Gast ist ihr Sohn Noé, welcher seit der Winterferienwoche 2017 zum festen Bestandteil der Gruppe gehört und für Spässe und Unterhaltung sorgt.

Seit 2018 leitet Mischa die Sportgruppe Fussball und kickt mit den Kindern und Jugendlichen im wöchentlichen Training.

Zusammengefasst sorgen Susette, Mischa und Noé für ein abwechslungs- und erlebnisreiches Freizeit- und Ferienangebot und werden dabei von tatkräftigen Teams unterstützt. Wir möchten der Familie Baerlocher-Kuhn für ihren unermüdlichen, treuen, liebevollen und engagierten Einsatz danken und freuen uns sehr, ihnen den diesjährigen Stella insieme in Form eines Reisegutscheines überreichen zu dürfen.

Hipp, hipp, hurra! ◀

Brigitte Mertz und Andrea Brand, Geschäftsstelle





© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe.  
Weitere Informationen unter [www.leicht-lesbar.eu](http://www.leicht-lesbar.eu)

## Mücken·stiche

### Warum stechen Mücken?

Es ist Sommer.  
Du schläfst.  
Plötzlich hörst du ein Summen.  
Du wachst auf.  
Eine Stech·mücke ist im Schlaf·zimmer.  
Und du spürst einen Mücken·stich am Bein.  
Jetzt bist du hell·wach.  
Warum hat die Mücke dich gestochen?  
Du hast der Mücke doch **nichts** getan?

### Deshalb stechen Mücken

Nur die weib·lichen Mücken stechen uns.  
Die weib·lichen Mücken brauchen nämlich unser Blut.  
Die Mücke braucht das Blut für ihre Eier.  
Die Mücke sticht uns.  
Dann saugt die Mücke unser Blut.  
Irgendwann ist die Mücke satt.  
Und die Mücke fliegt davon.  
Die Mücke hat jetzt genug Blut für ihre Eier.  
Die Mücke ruht sich 3 Wochen lang aus.  
Dann legt die Mücke ihre Eier.  
Die Mücke ist zufrieden.  
Aber du hast einen Mücken·stich.  
Und der Mücken·stich juckt.

### Warum juckt der Mücken·stich?

Daran ist die Spucke von der Mücke schuld:  
Die Mücke hat dein Blut gesaugt.  
Dabei ist Spucke in die kleine Wunde vom Mücken·stich gekommen.  
Dein Körper ist **allergisch** auf die Spucke.



© Cornelia Kabus, Kabus Kommunikation,  
[www.kabus.ch](http://www.kabus.ch), 2021

«Allergisch» bedeutet:

Dein Körper mag die Spucke **nicht**.

Deshalb wehrt sich dein Körper gegen die Spucke.

So wehrt sich dein Körper:

Die Stelle vom Mücken·stich wird rot.

Die Stelle schwillt an.

Und du spürst ein Jucken.

### Was kannst du gegen das Jucken machen?

Manche Menschen finden das Jucken **nicht** schlimm.  
Andere Menschen spüren das Jucken sehr.  
Die Menschen wollen sich ständig kratzen.  
Aber durch das Kratzen wird die Ent·zündung noch schlimmer.  
Auch das Jucken wird schlimmer.  
Deshalb ist Kratzen **nicht** gut.  
Ver·schiedene Mittel helfen gegen Mücken·stiche.  
Zum Beispiel:

- Ein Gel
- Oder eine Salbe

Übertragung in leichte Sprache: Cornelia Kabus,  
Büro Leichte Sprache Basel, WohnWerk Basel  
Prüfung der Texte: Prüfgruppe des Büros Leichte Sprache  
Bild: © Cornelia Kabus, Kabus Kommunikation, [www.kabus.ch](http://www.kabus.ch), 2021

## Die Geschäftsleitung der Eingliederungsstätte Baselland ESB

### Wir stellen uns kurz vor.

Seit diesem Jahr besteht die Geschäftsleitung der ESB aus sechs (ursprünglich acht) Bereichsleitungen und dem Vorsitzenden der Geschäftsleitung. In den Bereichen Arbeit werden die Betriebe der Region Reinach und Liestal gemeinsam von einer Bereichsleitung geführt. In den Wohnangeboten werden die Bereiche Wohnhaus Munzach und der Wohnverbund ebenfalls von einer Bereichsleitung geführt. Weitere Bereiche sind die Finanzen und Informatik, das Personal und Administration sowie die Tagesgestaltung und die Beruflichen Massnahmen.

Die Geschäftsleitung fokussiert ihre Tätigkeiten in den Kernaufgaben weiterhin auf die Bereiche Wohnen, Tagesstruktur, Produktion und berufliche Massnahmen.

### Unsere Strategie in den Kernaufgaben ist:

#### Wohnen:

Wir entwickeln bedürfnisgerechte, durchlässige Wohnangebote und berücksichtigen dabei die demografischen und gesellschaftlichen Entwicklungen aller Bedarfsgruppen. Wir beziehen Indikatoren wie «ambulant vor stationär» mit ein.

### Tagesstruktur:

Die Tagesstruktur wird bedarfs- und bedürfnisorientiert ausgebaut. Die Angebote sind durchlässig. Im Fokus steht die individuell angepasste Entwicklungsplanung der Menschen mit Behinderung.

### Produktion und berufliche Massnahmen:

Kundenspezifische Lösungen sind der Kern unserer Arbeit, damit wir ein attraktiver Partner bleiben. Dies unterstützt unser Ziel einer grösstmöglichen finanziellen Unabhängigkeit sowie innovative Zukunftsprojekte für die Gesamtorganisation zu entwickeln.

Wir entwickeln integrierte und integrative Arbeitsplätze. Mit dem Auf- und Ausbau unserer Angebote im Bereich berufliche Massnahmen fördern wir Chancengleichheit im Ersten Arbeitsmarkt. Damit ermöglichen wir den Menschen mit Behinderung kompetente Teilhabe. ◀

*Daniel Seeholzer, VGL ESB*



Daniel Seeholzer  
Vorsitz Geschäftsleitung ESB

[daniel.seeholzer@esb-bl.ch](mailto:daniel.seeholzer@esb-bl.ch)



Andreas Maier  
Betriebe ESB

[andreas.maier@esb-bl.ch](mailto:andreas.maier@esb-bl.ch)



Susanne Kunz  
Berufliche  
Massnahmen

[susanne.kunz@esb-bl.ch](mailto:susanne.kunz@esb-bl.ch)



Jeannine Läubli  
Personal +  
Administration

[jeannine.laeubli@esb-bl.ch](mailto:jeannine.laeubli@esb-bl.ch)



Michel Rosset  
Finanzen + ICT

[michel.rosset@esb-bl.ch](mailto:michel.rosset@esb-bl.ch)



Stephan Wechlin  
Wohnen

[stephan.wechlin@esb-bl.ch](mailto:stephan.wechlin@esb-bl.ch)



Tanja Kern  
Tagesgestaltung

[tanja.kern@esb-bl.ch](mailto:tanja.kern@esb-bl.ch)

## «Am Morgen haben ich keine Angst mehr vor dem Tag»

**Pascal ist 38 Jahre alt und arbeitet seit kurzer Zeit in der ESB, in der Küche auf dem Laubiberg. Kochangestellter ist er von Beruf und macht dies mit Leidenschaft gerne.**

Seine Ausbildung absolvierte er in einem Restaurant auf dem 1. Arbeitsmarkt mit Unterstützung der IV. Nach der Ausbildung arbeitete er weiter in diesem Betrieb. Mit der Zeit wurden die psychischen Schwierigkeiten zu intensiv, sodass er sich erneut bei der IV anmelden und eine Arbeit in einer Küche im geschützten Rahmen suchen musste. «Mein Ziel war immer klar, ich will in der Küche arbeiten», sagt Pascal mit Überzeugung.

Aufgewachsen ist Pascal in einer Koch-Familie und kennt die Branche gut. Zuerst wollte er «nur» Hobby-Koch sein, doch als es um die Berufswahl ging, wurde aus Hobby sein Beruf.

Im sechs-köpfigen Küchen-Team der ESB arbeitet es sich gut. «Wir haben eine gute Stimmung und es gibt keinen Arbeitsstress- und -druck». Bei Pascals früherem Arbeitgeber mussten über Mittag 100 bis 120 Essen gerichtet werden, heute sind es noch 20 bis 30 Essen pro Mittag. Diese Entlastung macht Pascal ruhiger und ausgeglichener. «Am Morgen habe ich keine Angst mehr vor dem Tag», sagt er und ist erleichtert, dass er auch nicht mehr zur Psychologin gehen muss. Dieser Arbeitsrahmen mit grösserer Rücksichtnahme-Möglichkeit auf sein psychisches Befinden, tut ihm gut. Im Moment will er in der ESB bleiben. Er kann sich vorstellen, später einmal in einem Spital zu arbeiten, dafür ist die Entwicklungsplanung in der ESB wichtig. Ein Teil dieses Weges ist, dass er sich in dem jetzigen begleiteten Arbeitsrahmen stabilisieren kann, sein Selbstvertrauen stärken und neue Handlungskompetenzen erlernen kann.

Als Küchenangestellter gefällt ihm die Kreativität. Es gibt Rezepte, doch man muss sich nicht stur daran halten, man kann mit ihnen spielen. Kürzlich hat er aus eigener Initiative heraus ein Rhabarber Tiramisu gemacht. Nicht zu süss und nicht zu sauer. «Der Zuckeranteil ist wichtig für die Ernährung» sagt er. Dass er seine Ideen einbringen kann, gefällt ihm.

Der zweite wichtige Punkt ist, warum Pascal in der Küche auf dem Laubiberg glücklich ist, dass er hier Familie und Beruf vereinen kann. An drei Tagen arbeitet er in der ESB und die anderen Tage verbringt er mit seinem Sohn und seiner Partnerin. Für seinen Sohn dazu sein, ist ihm sehr wichtig. Von seiner jetzigen ausgewogenen Verfassung profitiert auch seine Familie.

Diese Geschichte zeigt, dass ein überschaubarer Arbeitsbereich mit kleineren Arbeitsschritten und stützenden Gesprächen wichtig sind. Gutes Arbeitsklima und druckfreie Arbeitssituation sind ebenfalls wesentliche Bestandteile für die Gesundheit und das Wohlbefinden für den Mitarbeiter und dessen Umfeld.

Für die Zukunft wünscht sich Pascal: «Dass das Team weiterhin so toll bleibt!». ◀

*Anja Weyeneth, ESB Kommunikation*



## Sonderschulisches Brückenangebot Muttenz - Workshop Projekt Bauwagen

Bereits während unserer letzten Arbeitstätigkeit auf dem Mayenfels in Pratteln, begannen Frau Matalone und ich mit der Planung des nächsten Workshop Projektes. Wir stellten uns eine Zusammenarbeit mit einer anderen Institution vor und die Realisierung einer spannenden, neuen Gartengestaltung.

Aus allseits bekannten Gründen mussten wir diese Idee ad acta legen und uns etwas Neues einfallen lassen. Schnell waren wir bei der Idee, uns eine eigene Werkstatt auf Rädern zu bauen. Mit diesem mobilen Arbeitsplatz könnten wir in Zukunft unsere neuen Vorhaben jeweils flexibel vor Ort verwirklichen. Wir gingen über verschiedene Kanäle auf die Suche nach einem geeigneten fahrbaren Objekt.

Das Glück stand uns zur Seite, denn wir fanden schon bald einen von der Firma RUBAG ausrangierten Bauwagen. Einen Wagen, der eigentlich bereits für ein anderes Projekt versprochen wurde, nun aber aufgrund eben allseits bekannter Umstände nun nicht mehr gefragt war.

Bei der FOS Schule in Muttenz fanden wir einen geeigneten Stellplatz. Nun mussten wir nur noch die Formalitäten mit der Gemeinde regeln und diesen insgesamt neun Meter langen Wagen von Füllinsdorf nach Muttenz transportieren! Im November 2020 stand der Bauwagen schlussendlich an dem schönen Standort und wir freuten uns sehr, endlich mit dem Umbau beginnen zu können.

Mit unseren Jugendlichen nahmen wir in den ersten Wochen fast den gesamten Bauwagen auseinander. Zuerst wurden Bänke und Tische ausgebaut, ein Kühlschrank und alle anderen Schränke demontiert, der massive Gas-Grill musste ebenso raus wie auch die beiden Trennwände im Wagen. Je mehr wir ausbauten, desto klarer wurde uns, dass wir von der übriggebliebenen Substanz möglichst nur noch das Nötigste behalten würden.

So machten wir uns an die Wände und Decken, entfernten die gesamte Isolation und bauten schliesslich auch den Boden aus. Wir fanden uns in der kältesten Jahreszeit schlussendlich in einem Eisengestell wieder! Ich denke, unsere Finger würden uns ein Klagegedächtnis von der Kälte singen... wenn sie es denn könnten... Viele nun nötigen Arbeitsschritte sind bei kalten Temperaturen nicht machbar. Die Rostschutzfarbe für das gesamte Eisengestell kann zum Beispiel erst ab 7°C aufgetragen werden. So fingen wir bereits an, mit unseren Schülerinnen und Schülern Hocker und Sitzbänke in der Werkstatt der FOS zu bauen. Gleichzeitig gingen wir an die Planung des Innenausbau. Viele Materialien konnten wir bereits Ende 2020 und anfangs Jahr organisieren. Wir fuhr



ren oft mit dem Bus zu Lieferanten und Baufirmen, holten Isolationen, Dampfbremsen, Holz, Silikone etc. Die Schülerinnen und Schüler wurden dabei in alle Prozesse dieser Arbeiten einbezogen und konnten sehen, was alles für Mails geschrieben, Telefonate und Gespräche geführt wurden, welche längeren und kürzeren Diskussionen stattfanden und Entscheidungen gefällt wurden. Oft wurde uns auch gleich eine Führung durch den Betrieb angeboten und wir erhielten tolle Einblicke in die Firmen.

Für unsere Schülerinnen und Schüler war es neu zu sehen, was so ein Umbau alles für Arbeiten mit sich bringt. Dass nicht einfach nur drauflos gewerkelt werden kann, sondern auch, wieviel nebenbei organisiert werden muss. So durften unsere jungen «MitarbeiterInnen» auch selber einen Innenausbau kreieren, Pläne zeichnen und Materialien bestimmen.

Mittlerweile haben wir das Eisengestänge abgeschliffen, den Rostschutz aufgetragen, den Boden isoliert und neue 3fach verleimte Fichtenholzplatten montiert. Die Seitenwände wurden mit Holzlatten verstärkt, ebenso wurde das gesamte Dachgestänge ausgebessert und fixiert. Die Kabel sind auch bereits eingezogen, ein feuerfester Sicherungskasten wurde gebaut, die Seitentüren sind isoliert und wir konnten auch schon bereits die Isolation und das Täfer auf den kurzen Seiten einbauen.

Bald kommen nun noch die neuen Fenster rein. Dies ist eine ziemlich schwierige Aufgabe, da wir die Fensterausparungen in Trapezwellbleche exakt einschneiden und die Fenster entsprechend stabilisieren und fixieren müssen. Sobald die Fenster montiert sind, machen wir uns an die Aussenabdichtungen und danach an die Wand-Isolation und die Längsseitenwände.

Es gibt noch viele spannende Arbeiten an diesem Bauwagen und jede Gruppe Schüler kann eine andere und neue Aufgabe übernehmen. Das Dach werden wir auch abdichten, isolieren und täfern. Die Montage der Elektronik und der Innenausbau inkl. einer Teil-Trennwand stehen uns noch bevor und schlussendlich gestalten wir den Bauwagen auch von aussen neu.

Wir freuen uns sehr, diese Herausforderungen mit unseren Schülerinnen und Schülern anzugehen. Und wir sind gespannt auf das Resultat: Eine selbstgebaute eigene SO\_BA Werkstatt auf Rädern. <

Monika Iseli, Co-Leitung Workshop SO\_BA



# Familientlastung

## Kinderbetreuung in Ausnahmesituationen und Entlastung der Eltern bei Kindern mit speziellen Bedürfnissen



**Der Alltag hält immer wieder Unvorhergesehenes bereit. Besonders wenn Kinder krank sind und daher nicht in die Kinderkrippe oder in die Schule können. Oder Eltern aufgrund der eigenen Einschränkung oder derjenigen des Kindes die Betreuung vorübergehend nicht übernehmen können. Auch zur Entlastung der Eltern während den Schulferien, gerade bei Kindern mit speziellen Bedürfnissen, ermöglicht die Familienentlastung regelmässige «Verschnaufpausen», auch über Jahre hinweg.**

Kommt am Morgen ein erkältetes Kind aus dem Schlafzimmer, setzt das berufstätige Eltern oft gehörig unter Druck. Der streng durchorganisierte Zeitplan gerät sofort ins Wanken. Denn wenn der Nachwuchs krank ist, muss man seinen Schützling entweder selbst gesund pflegen oder schnell für eine Kinderbetreuung sorgen. Die Pflege und Betreuung des kranken Kindes kann herausfordernd sein, wie Christian Ley, Koordinator Familienentlastung beim Roten Kreuz Baselland aus Erfahrung weiss. «Vor allem Familien, die Kinder in der Kita, Tagesstruktur oder in einem Heim haben, erleben solche Engpässe häufig. Es melden sich aber auch Eltern bei uns, die selbst krank sind oder durch einen Unfall den Alltag nicht selbstständig meistern können», so Ley.

Die Familienentlastung des Roten Kreuz Baselland springt dann ein, wenn wegen Krankheit oder Unfall der Eltern oder der Kinder ein Engpass bei der Kinderbetreuung entsteht, aber auch in belastenden Situationen, in denen eine Kinderbetreuung durch das Rote Kreuz Baselland den Eltern eine Entlastung bringt. Gerade

während den Schulferien, wenn das Kind nicht in die Tagesstruktur geht oder es noch zu jung für eine Institution ist, brauchen auch die Eltern mal Zeit für sich. Sei es für Erledigungen oder einfach für sich selbst – eine Verschnaufpause eben.

In einer solchen Situation befand sich Jana Hostettler nach der Geburt ihres zweiten Kindes. «Mein achtjähriger Sohn aus erster Ehe erfordert aufgrund eines ADHS viel Aufmerksamkeit und Geduld. Nach einer anstrengenden weiteren Schwangerschaft litt das Baby nach der Geburt an Verdauungsproblemen und war deshalb dauernd unzufrieden. Ich war am Limit. Giuseppe, mein Partner, unterstützt mich, wo es geht. Aber tagsüber arbeitet er. Es gab Tage, die waren eine Katastrophe», erzählt die junge Mutter. Die Situation sei aber nicht alleine durch die Geburt von Giuliana entstanden. Sie habe einige sorgenvolle Jahre hinter sich, sagt sie. So war die aktuelle Situation wohl einfach der Tropfen, der das Fass zum Überlaufen brachte. Die Familienentlastung des Roten Kreuz Baselland sorgte dafür, dass Jana Hostettler ohne ihr Baby und damit stressfrei in die Therapie gegen ihre Rückenschmerzen gehen und sich zwischendurch wieder bewusst Zeit für ihren Sohn oder für sich selbst nehmen konnte.

### Hilfe mit gutem Gefühl annehmen

Die Hebamme machte Jana Hostettler auf die Familienentlastung des Roten Kreuz Baselland aufmerksam. «Ich wusste, dass es diesen Dienst gibt. Aber ich dachte, die Unterstützung ist ausschliesslich im Krankheitsfall oder bei einem Unfall angedacht. Es ist wichtig, dass Mütter und Väter wissen, dass man auch dann um Hilfe anfragen kann, wenn man sich überfordert fühlt und – wie bei uns – keine Familie in der Nähe ist, die einen unterstützen könnte.

Es ist wichtig, sich mitzuteilen und dass man sich dafür nicht schämen muss», betont Jana Hostettler. Sie selbst hatte zunächst Mühe damit, externe Hilfe zu beanspruchen. «Ich habe hohe Ansprüche an mich selbst und verglich mich mit anderen Müttern, die offenbar alles problemlos bewältigen. Die Mitarbeiterinnen des Roten Kreuz Baselland waren überaus einfühlsam und haben mir bewusst gemacht, dass Vergleiche nicht helfen. Nicht jeder Mensch hat das gleiche erlebt, nicht jeder Mensch ist gleich belastbar. Sie konnten mir dieses schreckliche Schamgefühl nehmen. Dafür bin ich dem Roten Kreuz Baselland dankbar.»

### Frau Hostettler, wie sind Sie auf die Familienentlastung des Roten Kreuz Baselland aufmerksam geworden?

*Ich kannte den Entlastungsdienst bereits. Als ich noch mit Nikki, meinem älteren Sohn aus erster Ehe in Bern wohnte, war ich einmal krank und erhielt Unterstützung durch den dortigen Kantonalverband. Mir war aber nicht bewusst, dass man auch ohne Krankheit oder ohne gebrochenen Arm vom Roten Kreuz unterstützt wird. Es war meine Hebamme, die mir geraten hat, beim Roten Kreuz Baselland anzufragen.*

### War es einfach, den Dienst in Anspruch zu nehmen?

*Es war völlig unkompliziert. Ich habe einfach angerufen und meine Situation erklärt. Kurz darauf hat sich eine Mitarbeiterin bei mir gemeldet. Auf der emotionalen Seite war es schwieriger. Ich habe mich dafür geschämt, dass ich Hilfe brauche. Aber die Mitarbeiterinnen des Roten Kreuz Baselland waren sehr verständnisvoll und hilfsbereit. Sie konnten mir dieses Schamgefühl nehmen. Auch dafür bin ich dem Roten Kreuz Baselland sehr dankbar.*

### Wie wurden Sie konkret durch die Familienentlastung unterstützt?

*Die Mitarbeiterin des Roten Kreuz Baselland ist einmal die Woche vorbeigekommen und hat sich toll um Giuliana gekümmert. In dieser Zeit konnte ich mal etwas mit meinem Sohn Nikki unternehmen, bin in die Rückentherapie gegangen oder habe im Haushalt aufgeholt, was noch unerledigt war. Die Betreuerin hat aber erkannt, dass diese Unterstützung nicht gereicht hat. So ist sie nach Rücksprache mit dem Roten Kreuz Baselland mehrmals in der Woche bei uns gewesen. Sie hat mir auch Tipps gegeben, wie ich die Zeit am besten nutze. Anstatt aufzuräumen und zu putzen, sollte ich mich erholen. So ist sie zum Beispiel auch mal mit beiden Kindern raus gegangen, damit ich in Ruhe ein Bad nehmen und mich entspannen konnte. Dieses Einfühlungsvermögen hat mich sehr berührt.*

### Sie wurden teilweise täglich durch das Rote Kreuz Baselland entlastet. War das finanziell eine Belastung für Sie?

*Das Rote Kreuz Baselland hat zum Glück nach Einkommen abgestufte Tarife. Als der Koordinator vom Roten Kreuz Baselland, Christian Ley, mir vorgeschlagen hat, dass die Betreuerin jeden Tag vorbeikommen könnte, hatte ich schon Sorgen, dass wir uns das nicht leisten können. Er hat mich aber beruhigt und überzeugte mich, dass wir eine Lösung finden werden. Ich habe gespürt, dass auch beim Roten Kreuz Baselland das Wohl unserer Familie im Zentrum steht.*



### **Herr Di Salvo, Sie waren jeweils bei der Arbeit, als der Dienst bei Ihrer Familie war. Wie haben Sie die Unterstützung wahrgenommen?**

Ich habe gemerkt, dass es Jana gut getan hat. Wenn ich nach Hause gekommen bin, war sie weniger angespannt und gestresst. Sie hatte dann auch die Kraft, für die Kinder abends und allenfalls in der Nacht da zu sein. Ansonsten musste ich das übernehmen, was Jana nicht mehr machen konnte. Dies war belastend. Die Familienentlastung des Roten Kreuz Baselland hatte somit auch für mich einen indirekten, positiven Effekt.

#### **Professionell und liebevoll**

2020 war das Rote Kreuz Baselland rund 2'448 Stunden bei Familien im Baselbiet im Einsatz. Für die Eltern ist es zum Teil nicht einfach, ihren Nachwuchs in fremde Hände zu geben. «Sie setzen grosses Vertrauen in uns und sind darauf angewiesen, dass wir bei der Betreuung ihren Wünschen entsprechen», sagt Ley. Um während der Familienentlastung unbelastet und entspannt zur Arbeit gehen zu können, benötigt es eine gewisse Bereitschaft und Offenheit seitens der Eltern, wie Ley äussert. Die rund 20 Betreuerinnen der Familienentlastung sind sehr professionell, engagiert und liebevoll. Wenn immer möglich geht die gleiche Mitarbeiterin zur Familie. Bei Familien, deren Kinder besondere Bedürfnisse haben, ist es wichtig, dass die Mitarbeiterin eine gute Einführung in die Betreuung erhält. Wir empfehlen, das erste Treffen zusammen zu gestalten. Die Familienentlastung bietet keine medizinischen Dienstleistungen an, der Fokus liegt auf der Betreuung der Kinder.

#### **Die Familienentlastung in Kürze**

Das Rote Kreuz Baselland vermittelt erfahrene und ausgebildete Mitarbeiterinnen zur Betreuung von Kindern bis 12 Jahre sowie an Familien mit Kindern, welche spezielle Bedürfnisse haben.

#### **Wann?**

- Entlastung der Eltern vor der Einschulung und während den Schulferien der Kinder sowie bei wichtigen Terminen.
- Die Kinder sind krank oder verunfallt und die Eltern können sich nicht frei nehmen sowie andere Betreuungspersonen sind nicht einsetzbar.
- Die reguläre Betreuungsperson fällt selbst unvorhergesehen durch Krankheit oder Unfall aus.
- Die Eltern sind selbst krank oder verunfallt und können sich vorübergehend nicht um die Kinderbetreuung kümmern.
- Die Eltern befinden sich in einer anderen belastenden Situation, sind erschöpft und brauchen Unterstützung.

#### **Wie?**

Das Rote Kreuz Baselland anrufen, die Situation erklären und sich beraten lassen. Die Koordinator/innen des Roten Kreuz Baselland organisieren bei Krankheit der Kinder, in der Regel innert vier Stunden, eine Betreuung. Wenn ein Elternteil wegen Krankheit oder Unfall entlastet werden muss, wird eine Betreuung innerhalb von zwei Tagen organisiert, wie auch bei der Betreuung von Kindern mit speziellen Bedürfnissen.

#### **Kosten?**

Die Tarife richten sich nach dem Bruttoeinkommen der Familie. Es gibt Versicherungen, welche einen Teil der Kosten übernehmen. In finanziellen Notlagen sind Tarifrückstellungen möglich. ◀

Mehr Informationen unter [srk-baselland.ch/familientlastung](http://srk-baselland.ch/familientlastung) oder über 061 905 82 19



Schweizerisches Rotes Kreuz  
Kanton Baselland



#### **Rotes Kreuz Baselland**

Fichtenstrasse 17  
4410 Liestal  
info@srk-baselland.ch  
www.srk-baselland.ch

## Die Kraft der Gedanken

### **Ist dein Glas halbvoll? Oder ist es halbleer?**

Gerade in diesen schwierigen Corona Zeiten ist es wichtig, zwischendurch mal innezuhalten und sich und sein Denken zu hinterfragen.

Worauf schaust du in deinem Leben und wie geht es dir damit? Liest du oft die negativen Schlagzeilen und was macht das mit dir?

Unsere Gedanken, bewusst oder unbewusst gedacht, lösen in unserem Körper jeweils Gefühle aus. Jeder Gedanke wird zu einem Gefühl und dieses begleitet uns dann durch den Tag.

An gewissen Tagen fühlen wir uns leer, ausgebrannt, müde und schlecht. An diesen Tagen ist unser Glas halbleer und wir werden uns unbewusst eher auf die Dinge konzentrieren, welche nicht so gut laufen. Wir umgeben uns mit negativen Gedanken und diese wiederum geben uns ein Gefühl von Unbehagen.

An guten Tagen, wenn wir uns über etwas freuen, gut gelaunt sind und mit der Sonne um die Wette strahlen, wird unser Glas halbvoll sein.

Alles was passiert, ist weder gut noch schlecht. Es ist einfach, wie es ist und WIR alleine entscheiden, welches Etikett wir an das Ereignis hängen. Alleine schon mit unserer Entscheidung, ob wir etwas positiv oder negativ betrachten, können wir unsere Gemütslage verändern.

#### **Hierzu ein Beispiel:**

<b>Ausgangslage:</b>	
Montagvormittag: Dein Chef gibt dir eine Aufgabe. Du erledigst diese nach bestem Wissen und Gewissen, du recherchierst, gibst dir Mühe, klärst ab und vor Feierabend übergibst du die Arbeit deinem Chef. Dies mit der Grundhaltung dafür gelobt zu werden.	
<b>Reaktion deines Chefs:</b>	
Dein Chef nimmt die Arbeit, begutachtet sie und erklärt dir, was du noch einfügen könntest, wo du was ändern musst, was du noch ergänzen und umstellen könntest.	
1. Reaktion <b>NEGATIV</b>	2. Reaktion <b>POSITIV</b>
	
«Ist der auch mal zufrieden? Das war ja klar! Kann man ihm auch mal etwas recht machen?» Und diese Gedanken lösen in dir dann Frust, Ärger und Wut aus. Du gehst beleidigt und enttäuscht nach Hause.	«Ach so, stimmt! Das könnte ich nächstes Mal gleich einfügen. Danke für die Hinweise, so geht es ja viel schneller. Jetzt habe ich wieder etwas dazu gelernt, man lernt ja wirklich nie aus.»

Zu Hause angekommen fragen dich deine Liebsten wie dein Tag denn heute war?	
	
<p>Du erinnerst dich an die Situation mit deinem Chef und fängst gleich wieder an «aus der Haut» zu fahren und deine Geschichte zu erzählen...</p> <p>➔ Du tauchst automatisch wieder in diese Gedankenwelt ein und auch in die negativen Gefühle, die daraus resultieren. Du fühlst den ganzen Stress und Ärger erneut.</p>	<p>Du erzählst was du alles dazu gelernt hast. «Gut, dass der Chef es sich nochmals angesehen hat. Ich weiss jetzt, wie ich es das nächste Mal noch besser machen kann.»</p> <p>➔ Nun erlebst du das positive Gefühl erneut, indem du positiv über das Erlebnis erzählst.</p>
Einen Tag später ruft dich ein/e Freund/in an, um die zu fragen, wie es dir denn geht.	
	
<p>➔ Du erzählst auch ihm/ihr deine Geschichte mit dem Chef und erlebst erneut sämtliche unguuten Gefühle, wie als du in der Situation warst.</p>	<p>➔ Auch hier erzählst du alles nochmals. Mit derselben positiven Einstellung und den dazu gehörenden positiven Gefühlen.</p>

Deine Ausgangslage war identisch. DU allein hast es in der Hand wie du darauf reagierst. Wie du darüber denkst und redest und schlussendlich, wie du dich dadurch fühlst. Manchmal entscheiden wir uns bewusst, manchmal eher unbewusst für einen Weg.

Auf jeden Fall lohnt es sich, ein- oder zweimal am Tag seine Gedanken zu hinterfragen und zu überprüfen, woher sie kommen. Schon mit dem Hinterfragen alleine kann man oft seine Denkweise steuern und verändern. Es bedingt jedoch, dass man sich selbst reflektiert und sich zwischendurch «in Frage» stellt. Probieren Sie es doch mal aus, Sie werden staunen, was sich so alles «bewirken» lässt...

### Ich wünsche allen eine wunderschöne, warme Sommerzeit.

...und falls es doch regnen sollte; die Natur und wir alle benötigen Wasser... Also... tanzen Sie im Regen.



Herzlichst  
Karin Plattner, Leitung Angehörigenteam und Vorstandsmitglied

## Ferienwochen 2021:

Corona hat uns letztes und dieses Jahr stark begleitet. Leider mussten wir die Winter Ferienwochen im Januar und Februar 2021 absagen.

Im Verlauf der letzten paar Monate entspannte sich die Lage und wir konnten ohne grössere Einschränkungen die Sommerlager durchführen. Die Nachfrage war riesig und schon nach kurzer Zeit waren alle angebotenen Lager im Sommer ausgebucht. Aus diesem Grund haben wir in diesem Jahr zwei neue Lager als Projekte ausgearbeitet.

Es hat noch freie Plätze!

In der **Theaterwoche auf dem Bienenberg** in Liestal werden wir lernen, mit unseren Stimmen und Körpern zu schauspielern und uns auszudrücken. All unsere Sinne werden mit viel Fantasie und Lachen angesprochen. Zu unserer Freude übernimmt Frau Renate Bosshard die Pädagogische Leitung für Alltag und Freizeit. Ebenso werden wir von Frau Tonia Bollmann (theaterpädagogische Leitung) und zwei Assistenten mit Beeinträchtigung unterstützt.

**Die Ferienwoche findet vom Montag, 11. Oktober 2021 bis Freitag, 15. Oktober 2021 statt.**

In der Ferienwoche **«Benvenuti in Ticino»**, direkt am schönen Luganersee in Magliaso werden wir die wunderbare Gegend geniessen können. Je nach Wetter werden wir kleinere Ausflüge unternehmen und die schöne Landschaft erkunden. In dieser Woche hat aber vor allem Erholung und geselliges Beisammensein erste Priorität und wir lassen den Sommer gemeinsam ausklingen.

Es freut mich sehr, dass Herr Stefano Willmes sich dazu bereit erklärt hat, diese Ferienwoche, zusammen mit seinem Team, zu begleiten.

**Die Ferienwoche findet vom Montag, 18. Oktober 2021 bis Freitag, 22. Oktober 2021 statt.**

Bei Interesse bitte auf der Geschäftsstelle melden: 061 922 03 14. ◀

Brigitte Mertz, Organisation Ferienwochen

## Freizeitgruppe Kinder und Jugendliche

### Leitungswechsel

Melanie Matalone begleitete während sechs Jahren die Freizeitgruppe für Kinder und Jugendliche. In den letzten zwei Jahren übernahm sie die Hauptleitung und war nebst den organisatorischen und betreuerischen Aufgaben auch für das Leiten und Koordinieren des Teams zuständig.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erlebten mit Melanie und ihrem Team viele Abenteuer und konnten stets auf ihre herzliche und professionelle Art zählen.

Dafür danken wir Melanie von ganzem Herzen und wünschen ihr auf ihrem weiteren Weg alles Gute und viel Erfolg.



### Neue Hauptleitung ab Sommer 2021

Die Hauptleitung ab Sommer 2021 wird Fabienne Oberli übernehmen. Fabienne studiert an der pädagogischen Hochschule Nordwestschweiz und hat bereits diverse Anlässe der Freizeitgruppe für Kinder und Jugendliche sowie der Freizeitgruppe Liestal mitgestaltet. Ebenfalls begleitete Fabienne drei Jugendsommerlager und übernahm im 2021 dessen Co-Leitung.

Wir wünschen Fabienne viel Freude mit ihrer neuen Aufgabe. ◀

Andrea Brand, Geschäftsstelle



Abschiedsfeier im Juni 2021

## Turngruppe 60+

Endlich ging es am 10. Mai los mit der Turngruppe 60+. Mit vier neugierigen Teilnehmerinnen und Teilnehmern haben wir gestartet. Wir bewegen uns mit dem Hilfsmittel Stuhl – ja richtig gelesen, wir bewegen uns im Sitzen. Wir strecken und recken uns, die verschiedenen Übungen werden statisch, dynamisch ausgeführt und irgendwie geht es dann doch noch kraftvoll und ausdauernd bei uns zu und her und die koordinativen Fähigkeiten sollte auch nicht fehlen. Beim Ballspiel/Fussball sitzend haben wir grossen Spass! Heute, sechs Wochen später, sind wir eine Turngruppe mit neun Teilnehmerinnen und Teilnehmern, einfach genial.

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer, jeden Montagmorgen freue ich mich sehr, mich mit euch bewegen und austauschen zu können. Einfach grossartig, dass ich diese Aufgabe bekommen haben, Dankeschön!

Nun wünsche ich allen eine schöne und genussvolle Sommerzeit – und wir sehen uns ab 16. August 2021 im Sala Quadrige in der ESB in Liestal, von 14.45 bis 16.00 Uhr wieder. ◀

Sommerliche Grüsse  
Jeannette, Hauptleitung Sportgruppe 60+



### Ein lieber Mann gesucht, der mich «gärn het» und sich Zeit nimmt für mich!

Ich heisse Regula und bin eine aufgestellte Frau anfangs 60ig. Ich lebe in einer Wohngruppe im Baselland. Ich «lädele» gerne und gehe manchmal «go kaffele». Ich mag es gemütlich fernsehzuschauen und stricken tu ich auch gern. «Schlagermusik» höre ich sehr gerne.

Schreibe mir bitte an diese Adresse:  
insieme Baselland, **Inserat 121**, Eichenweg 1, 4410 Liestal

Der Brief wird an mich weitergegeben.

