

## Kilometerfrässe

Während des Lockdowns veranstalteten die WBGs in Grosshöchstetten sogenannte Kilometerfrässe. Dabei konnten die Bewohnenden mit den ihnen zur Verfügung stehenden Möglichkeiten Strecken sammeln. Am Ende des Tages wurde zusammengerechnet, wie viele Kilometer zurückgelegt wurden. Den Start nahm das Ganze auf der WBG4. Die coronabedingte Isolation drückte die Stimmung auf der Gruppe. Ängste, Sorgen, Heimweh und Ungewissheit schwebten im Raum. Also wurde nach einer Möglichkeit gesucht, Abwechslung zu bieten. Das Ziel war es, Spass und Unbeschwertheit zu ermöglichen und nebenher körperlich aktiv zu sein, da der Bewegungsradius aller drastisch reduziert werden musste. Unter der Regie der Therapeutinnen entstand das polysportive Kilometerfrässe. Die Bewohnenden fuhren in den Rollstühlen, auf den Motomeds, standen (1 Minute wurde in 100 Meter umgerechnet), gingen was das Zeug hielt und die Muskeln hergaben. Unter-



mal wurde der Event auf der WBG4 gar mit Livemusik! So konnten alle für ein paar Stunden den Ausnahmezustand vergessen. Es wurde gelacht, geschwitzt und angefeuert. Die WBG4 hat beim zweiten Mal den eigenen Rekord geschlagen. Die WBGs 1 bis 3 traten gegeneinander an. Die WBG3 gewann, dicht gefolgt von WBG1 und WBG2. Vielen Dank an alle Therapeutinnen, Betreuer\*innen und vor allem an alle Bewohnenden, die diese Tage zu einzigartigen Erlebnissen werden liessen!

## Wir feiern trotzdem

### Das virtuelle Sommerfest der WBGs Grosshöchstetten

Jedes Jahr feiern wir im Garten der Stiftung Aarhus in Grosshöchstetten unser legendäres Sommerfest mit Konzerten, einem kleinen Markt, anderen Darbietungen, Spielen für Klein & Gross und natürlich feinem Essen und Trinken. Dies ist sowohl für

die Bewohnenden, Mitarbeitenden als auch für Angehörige und Bewohnende der anderen WBGs in Wichtrach, Muri und Zollikofen ein grosser Anlass, der mit viel Freude und Herzblut vorbereitet wird. In diesem Jahr konnte das Fest wegen COVID-19 leider nicht stattfinden, was uns alle sehr betrubte. Da es zudem unser

letztes Sommerfest in Grosshöchstetten (wegen dem bevorstehenden Umzug nach Gümligen) gewesen wäre, haben wir beschlossen, trotzdem zu feiern und zwar ganz zeitgemäss – nämlich virtuell! Mit grossem Eifer und in vielen Stunden Suchen, Auswählen und Neuem lernen ist die Homepage «WIRFEIERNTROTZDEM.CH» entstanden. Dabei haben wir uns an den bisherigen Programmpunkten des Festes orientiert und die Seite in ähnliche Rubriken unterteilt. Besucherinnen und Besucher können einen Einblick in vergangene Anlässe der Stiftung Aarhus nehmen, Konzerte besuchen, einen Rundgang über den Märkt machen und tolle Produkte direkt bestellen und auch die Kulinarik kommt dabei nicht zu kurz. WIRFEIERNTROTZDEM.CH bietet allen Interessierten einen Rückblick in zahlreiche schöne Erinnerungen, einen Einblick in die Coronazeit im Aarhus und einen spannenden Ausblick auf das was vor uns liegt.

Schaut rein, die Seite ist noch bis im Mai 2021 aufgeschaltet.

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

## Engelkarten

### Grusskarten für Ihre Weihnachtspost!

Die Engel der diesjährigen Serie wurden von Schülerinnen und Schülern der Stiftung Aarhus gestaltet. Nach Abzug der Herstellungskosten fliessen die Einnahmen in die Spendenkasse. Sie unterstützen somit mit dem Kauf unsere Kinder, Jugendlichen und erwachsenen Bewohnerinnen und Bewohner direkt.

Sie erhalten die Karten im Format 20 x 10 cm inkl. Couvert für CHF 3.– zzgl. Porto. Bestellen können Sie die Engelkarten – und übrigens auch viele schöne Produkte aus unseren Ateliers – in unserem Webshop unter [www.aarhus.ch/shop](http://www.aarhus.ch/shop). Gerne nehmen wir Ihre Bestellung auch per Telefon entgegen: 031 959 52 60



Stiftung Aarhus, 3073 Gümligen

Allmendingenweg 5 | Tel. 031 959 52 52 | [www.aarhus.ch](http://www.aarhus.ch)

Spendenkonto PC 30-26794-9

IBAN CH25 0900 0000 3002 6794 9

Ausgabe 2021

# Träff Aarhus

Stiftung Aarhus

Angebote für Menschen mit Körper- und Mehrfachbehinderung

## Ausserordentliche Zeiten – ausserordentliche Aktionen und Erfahrungen

Liebe Leserinnen und Leser

Als wir uns anfangs September für das Thema des heutigen Treffpunkt Aarhus entschieden, geschah das im Sinne eines Rückblicks auf den Lockdown und die überraschend positiven, erfreulichen Erfahrungen während dieser monatelangen Ausnahmesituation im Aarhus. Die Stimmung damals war geprägt von der Dankbarkeit, ohne Ansteckung davon gekommen zu sein und der grossen Erleichterung über die «wiedergewonnene Freiheit» und die Rückkehr zur Normalität. COVID-19 wurde nicht mehr allein mit Bedrohung, Einschränkung und Rückzug verbunden, sondern mit vielfältigen, farbigen Erinnerungen an besondere Erlebnisse und Erfahrungen, die aus den pandemiebedingten Einschränkungen entstanden waren und überraschenderweise sehr viel Freude, Spass und ganz neue Erkenntnisse ermöglicht hatten.

Gerne lassen wir Sie an den verschiedenen Ersatz-Aktionen und persönlichen Erfahrungen der Kinder und erwachsenen Bewohnenden im

Aarhus teilhaben. Wer weiss, vielleicht regt die eine oder andere Idee ja sogar zum Nachahmen an und hilft, die nun erneut sehr herausfordernde Zeit etwas leichter zu gestalten!

Viel Vergnügen bei der Lektüre und alles Gute.

Christa Marti  
Direktorin



# Corona

Yannis

Corona zeith Hände waschen. Mit Saife und nicht Ins Gesicht anfasen. Bevor Dem essen Hände Waschen das ist wichtig wer hat corona. Bite zuhause bleiben und nicht in der schule gehen. Wen das kind veiber hat oder husten dan Bite zum arzt oder ärztin testen. bite sich Gut schützen sonzt kann das kind sich anschteken. Bite gut zuhören und in der elboken husten in diesr Zeith alle enine schuz maske dragen. Corona Virus 2020 auch in der kasse abschtant halten Und im restaurand alle kinder müsien sich gut Aufbsen sunz bisert eben das. wir wünschen inen Alles gute.

Kristina

Corona Virus Zeit Maske Tragen Hände Waschen Gesicht Waschen. Nicht Die Nase Anfasen und nicht Die Maul Anfasen. Grippe Fieber Husten nicht schule gehen Sonst kommt diese virus inder nase rein. Es Müssen nicht viele Leute Sein. Zu Hause Müs-sen bleiben ipad schauen. Das Hat mir Gefahllen.

Khalid

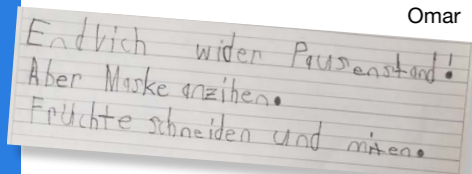
700 Waren Angesteckt. ich Konnte Nicht Einkaufen. Dann Konnte ich Nicht Zu Den Grosseitern. Und Nicht ins Ausland. Ich Habe Zu Hause Gewartet Bis ich Wieder raus Konnte. Diese Geschichte ist Fertig.

Liv-Anic

## Pausenstand

«Wir müssen Pausestand vorbereiten. Wir müssen Hand Waschen und Masken anziehen. Das ist toll.»

Omar



## Badewanne mit Sprudel

Durch den Lockdown im Frühling war Daniel sehr traurig, dass er nicht mehr ins Therapieschwimmen gehen konnte. Die Mitarbeitenden der Wohn- und Beschäftigungsgruppe (WBG) Zollikofen konnten Daniel trotz grossem Respekt vor der Badewanne motivieren, statt dem Therapieschwimmen ein Sprudelbad in der WBG zu nehmen. Es war ein grosser Erfolg! Seit diesem Tag sprudelt Daniel zweimal wöchentlich. Als dann im August die Badewanne ausstieg, waren Daniel und seine Mitbewohnenden sehr froh, dass eine neue Badewanne montiert wurde und die Sprudelfunktion durch Spenden finanziert werden konnte. «Ich bade seit Corona in der neuen Badewanne mit Sprudel. Ich mache es sehr gerne – ich liebe es!»

Daniel Zbinden



## Lotto, aber online

Im März war zum 7. Mal ein UNO-Turnier für Aarhus-Bewohnende geplant.



Die Teilnehmenden hatten sich sehr darauf gefreut und wurden durch die Absage enttäuscht. Es entstand die Idee, einen virtuellen Anlass zu organisieren. Für das UNO-Spiel ist es jedoch unerlässlich, dass alle Mitspielenden am gleichen Tisch sitzen. Deshalb entschieden wir uns für Lotto in verschiedenen Schwierigkeits-



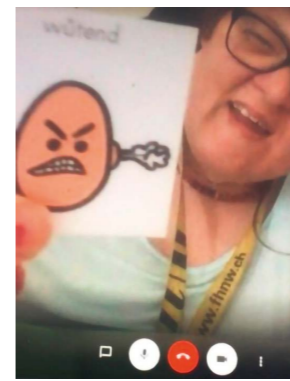
stufen: Farben-, Picto-, Foto-Lottos, ein Lotto mit 20 Zahlen. Das 90er-Lotto wurde an die Fähigkeiten



der Spielenden angepasst. Für alle Lotto-Arten wurden die Kommunikationsprogramme der Teilnehmenden ohne Lautsprache ergänzt.

Am Lotto nahmen Bewohnende aus 4 Wohn- und Beschäftigungsgruppen (WBGs) teil. Das bedeutete, Spielmaterial für jede WBG herzustellen, 4 Sets mit Preisen zusammenzustellen und technisch alles Notwendige einzurichten. Der Aufwand hat sich mehr als gelohnt!

Die spielfreudigen Bewohnenden konnten zusammen lachen und Spass haben. Mal sass der/die Spielleitende in Muri, mal in Zollikofen oder Grosshöchstetten. Sie oder er zog Kärtchen mit Bild oder Zahl und hielt es in die Kamera oder liessen das gezogene von einem Bild-



schirm darstellen und vorlesen. Alle Mitspielenden verfolgten dies auf Fernseher oder Leinwand.

Das 1. Online-Lotto war ein gelungener Anlass. Doch waren sich alle Beteiligten darin einig, dass er den Charakter von **machen-wir-das-Beste-aus-der-Situation** hatte und das reale Zusammensein nur teilweise ersetzen konnte.

## Corona Zeit

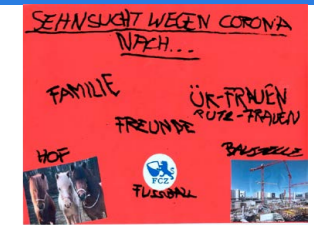


Das Thema Corona habe ich ehrlich gesagt bis zu dem Lockdown nicht wirklich wahrgenommen.

In der Zeit des Lockdown habe ich dann mein Homeoffice erstellt. In unserem Wohnzimmer auf unserem PC halte ich mich seither immer auf dem Laufenden. Deshalb weiss ich auch, dass Händewaschen und Abstand halten



wichtig ist. Auch wenn ich es blöde finde, versuche ich mich so gut es geht daran zu halten. Ich halte deshalb auch Abstand zu meinem Fernseher. Auch wenn ich weiss, dass er mir nichts macht, möchte ich auch dort den Abstand einhalten! Als ich nach dem Lockdown wieder meine Familien besuchen konnte, war das sehr schön und ich war dankbar für das. Auch über Lockerungen wie z.B. dass ich wieder auf den Hof arbeiten gehen kann, die Ateliers besuchen kann und mit den Reinigungsfrauen mein Zvieri essen kann, bin ich froh. Es gibt jedoch immer noch Aktivitäten, die ich nicht machen kann und die ich vermisse. Dazu habe ich im Frühling ein Plakat gestaltet. Wie man sieht, kann ich einiges wieder machen. Nun hoffe ich, dass bald alles wieder möglich ist.



Fabian

## Space Group – Homerecording

Mit dem Einsetzen der Corona-Zeit kam auch für die Space Group, unsere Aarhus-Band, die grosse Leere. Kein «One River Voices» Projekt, keine Konzerte, keine Proben mit den externen Begleitmusikern, Proben nur noch in kleinen Gruppen. Da kam uns die Idee, einen eigenen Song selber im Atelier aufzunehmen und zu mischen. Um uns das nötige Know-How anzueignen, haben wir uns am Hofa College, einer Fernstudiumschule für Tontechnik und Soundproduktion, angemeldet und machen zusammen den Hofa-Basic Kurs. Mit dem staatlich anerkannten Zertifikat: Audio Assistent. Jeden Donnerstag büffeln wir nun also online den Schulstoff, machen Übungen und setzen das Gelernte gerade um, indem wir an unserem Song arbeiten. Tutoren unterstützen uns per Chat oder Telefon.

Hier ein paar Impressionen und Stimmen:

Cedi: «Ig finde eifach mir lehre viu i dere Schueu. Z.B. wie mische, wie Boxe häresteue, dass me Musig ungerschidlich chan ghöre.»

Oli: «Mir gfaut, dass me chan isteue, dass es ungerschidlich tönt.» (meint die Eingriffsmöglichkeiten in der Musiksoftware)

