RUDOLF
STEINER
SCHULE
ZÜRCHER OBERLAND

Der 14-jährige Bildungsbogen

Sommer 2018

MITTEILUNGEN

Die Rudolf Steiner Schule Zürcher Oberland

wurde 1976 als politisch und konfessionell unabhängige Schule begründet und steht als solche allen Bevölkerungskreisen offen. Das Lehrerkollegium, als im pädagogischen Bereich autonomes Gremium, orientiert sich in seinen erzieherischen Zielsetzungen an der geisteswissenschaftlichen Welt- und Menschenerkenntnis Rudolf Steiners – an der Anthroposophie. Die Aufnahme von Kindern erfolgt nach pädagogischen Gesichtspunkten und liegt in der Verantwortung des Lehrerkollegiums.

Die Freie Schulvereinigung Zürcher Oberland

ist der rechtliche und wirtschaftliche Träger der Schule. Mitglied kann werden, wer den Bestand und weiteren Ausbau einer Rudolf Steiner Schule im Zürcher Oberland in freier Trägerschaft mitunterstützen will. Die Statuten der Vereinigung sowie eine Beitrittserklärung sendet Ihnen gerne der Vorstand der Freien Schulvereinigung
Usterstrasse 141, 8620 Wetzikon.

Die Mitteilungen

erscheinen zweimal im Jahr und wollen der Bildung eines gemeinsamen Bewusstseins aller an der Schule Beteiligten sowie dem für das Leben unserer Schule unerlässlichen Informationsfluss dienen. Sie werden auch an Interessenten abgegeben.
Beiträge zur Deckung der Druck- und Versandkosten erbitten wir auf das Postcheckkonto 87-3246-9.

Nr. 174 / 44. Jahrgang Erscheint neu 2x jährlich

Themen in unseren Mitteilungen

Redaktionelles	Vera Hoffmann	3
Metamorphose – Mithandmorphose	Zwölftklässler	6
Der 14-jährige Bildungsbogen der RSSZO		8
Der Kreis – Vorwort	Vera Hoffmann	11
Der 14-jährige Bildungsbogen in der Mathematik – am Beispiel des Kreises	Kollegium	11
Fremdsprachenunterricht an unserer Schule	Ariane Boissonnas	18
Nach 14 Jahren Rudolf Steiner Schule ... – Einblick in die Arbeit mit der Schülerschaft zur Oberstufenentwicklung	Franziska Kuschicke	20
Was? Ihr habt Gartenbau als Schulfach.....?!	Peter Lange	22
Zum Abschied... ... von Peter Lange	Vera Hoffmann	27
... von Thomas Gmelin	Vera Hoffmann	28
... von Esther Lange	Fabienne Traber	29
... von Sonja Flüeler	Michèle Truog	30
... von Elisabeth Esser	Sabine Schaer	31
... von Jan von Deschwanden	Zdenek Koula	31
... von Franziska Kuschicke	Ariane Boissonnas	32
Der Weisse Kreis – Eine Initiative pensionierter Lehrer	Esther Lange	33
Das Morgen wächst aus dem Heute	Roland Kurath	34
Zukunftspläne unserer Zwölftklässler	Zwölftklässler	36

Mitteilungen der Rudolf Steiner Schule Zürcher Oberland

Herausgeber: Lehrerkollegium der Rudolf Steiner Schule, Vorstand der Freien Schulvereinigung Zürcher Oberland und Eltern
Usterstrasse 141, CH–8620 Wetzikon
Tel. 044 933 06 20, Fax 044 933 06 24
E-Mail: info@rsszo.ch, www.rsszo.ch

Redaktion: Vera Hoffmann
Lektorat: Peter Urbscheit
Layout: Gabi Jakobs, Alinéa AG, Oetwil am See
Druck: Akeret Druck, Dübendorf

Redaktionsschluss: Winter 2018: 16.11.2018

Inhaltliche Verantwortung für die Beiträge und alle Rechte bei den Autoren.

Stufen

Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muß das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.

Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.
Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.

Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entraffen.
Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegensenden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!

Hermann Hesse

«Das Leben selber aber ist die grosse Schule des Lebens, und nur dann kommt man richtig aus der Schule heraus, wenn man sich aus ihr die Fähigkeit mitbringt, sein ganzes Leben vom Leben zu lernen.»

Rudolf Steiner, Vortrag vom 19.6.1919

Redaktionelles

Liebe Freunde, Eltern, Ehemalige, liebe Leserinnen und Leser

Wie ein Motto für das zu Ende gehende Schuljahr ist uns bei der Fertigstellung dieser Ausgabe der Mitteilungen das Gedicht von Hermann Hesse eingefallen. Ursprünglich geschrieben nach einer langen Krankheit, gab der Dichter dieser inneren Frucht seiner Lebensphase den Titel «Transzendieren» bevor er dann stattdessen «Stufen» wählte. Beides passt, denn ein Schuljahresende hat immer den Charakter des stufenweisen Überganges eines Gewordenen in ein neues Werdendes. Ganz deutlich wird dies in den Abschieden von Kollegen. Sie gehen in eine neue Lebensphase. Mit wehenden Fahnen sozusagen tun dies auch die Zwölftklässler, deren weitere Pläne wie jedes Jahr hier erzählt werden. Gleichzeitig bereiten sich die scheidenden Kindergärtler auf die erste Klasse vor und sogar in anderen, teils fernen Ländern bereiten sich Familien vor, hier an unserer Schule einen neuen Anfang zu wagen.

Es wird Ihnen schon auf den ersten Blick aufgefallen sein, dass auch die Mitteilungen in eine sichtbar neue Phase eingetreten sind. Das neue Design ist eines der Resultate unserer Bemühungen um ein bewusstes Auftreten in der Öffentlichkeit. In enger Zusammenarbeit mit der Firma DD/COM in Zürich haben wir ein neues Corporate Design und neue Informationsflyer zur Elementar-, Unter-, Mittel- und Oberstufe entwickelt. Der neue Auftritt unseres Mitteilungsheftes ist diesen sogenannten Stufenflyern angepasst.
Auch der erste Artikel in diesem Heft über den 14-jährigen Bildungsbogen ist Frucht dieser Arbeit, wird er doch zukünftig in einem fünften, die Stufen übergreifenden Infoflyer erscheinen. Da der Text die Frucht vieler kollegialer Umformulierungen, Inputs und Ergänzungen darstellt, erscheint er ohne Autoren. Er spiegelt die Frucht des weiter unten beschriebenen gemeinsamen Ringens, den Zusammenhang der jeweiligen Bewusstseinsstufen des Kindes / der jungen Menschen bewusst mit der Art der Inhalte und des Unterrichtens zu verbinden und diesen 14-jährigen Bildungsbogen nicht nur zu leben, sondern auch in seiner ganzen Kraft nach aussen vermitteln zu können.

Das Kollegium beschäftigte sich im Schuljahr 2016 / 17 mit einem Neugriff in der Mittelstufe, dessen Früchte die Siebt- und Achtklässler im zu Ende gehenden Schuljahr erleben durften. Dieses ganze Schuljahr arbeiteten wir nun an einem Neugriff auch für die Oberstufe. Eine Basis für diesen sollte eine ausführliche gesamtkollegiale Grundlagenarbeit im Herbst bilden. In ihr wurde parallel in stufenübergreifenden Gruppen (mit Lehrkräften vom Kindergarten bis zur OST) an jeweils einem fachbezogenen Überblick über den Lehrplan gearbeitet. Sehr stark erlebten wir an dieser Arbeit den Bogen, der sich durch die einzelnen Fächer zieht, sich wandelt und «Stuf´ um Stufe weitet» vom Unterricht des ganz kleinen Kindes bis zum reifen Zwölftklässler, der die Schule verlässt. Dieser 14-jährige Bildungsbogen

wurde so wieder neu und teils staunend ins Bewusstsein genommen. Die Tatsache, dass es eigentlich wirklich alle 14 Schuljahre braucht (immer einschliesslich Kindergarten gerechnet), damit die jungen Menschen zu ersten wirklich freien Prozessen der Urteilsbildung kommen können, bewegte uns sehr. Es braucht diesen aufeinander aufbauenden Zeitraum, bis die SchülerInnen zum Erlebnis dessen kommen können, was eine Zwölftklässlerin Ende ihres letzten Schuljahres 2016 / 17 in sprechende Worte gebracht hat. Diese Worte finden Sie als Motto über dem Artikel zum Kreis.

Dieser Artikel über den Kreis ist ebenfalls die Frucht der oben beschriebenen Kollegiumsarbeit. Der erste Teil wurde wie beschrieben im Herbst gearbeitet. Die für den Artikel in den letzten Wochen geleistete schriftliche Formulierung weitete diesen Kreis nochmals. Viele Stunden gemeinsam ringender Arbeit in wechselnder Besetzung stecken in diesem Artikel. Er zeigt nun an einem Beispiel auf, wie sich ein Thema der Mathematik durch den Unterricht des Kindes vom Kindergarten bis zur 12. Klasse zieht und wie das Motiv eigentlich erst in den letzten beiden Schuljahren in eine transzendierende denkerische Weite geführt werden kann.

Die Artikel über den Fremdsprachunterricht und den Gartenbau zeigen diesen Bildungsbogen ebenfalls in ihren jeweiligen Fachgebieten auf.

Passend zu diesen Fragen beschäftigten sich die Zwölftklässler mit dem Thema Metamorphose. Dabei sind die erstaunlichen Handfotografien und andere Motive entstanden, die Sie in diesem Heft finden.

Nun ist dieses «Redaktionelle» fast ein «Bericht aus dem Kollegium» geworden. Lassen Sie sich überraschen von allen anderen Beiträgen, die nun noch nicht erwähnt worden sind.

Im Auftrag des ganzen Kollegiums und des Schulführungsteams wünsche ich Ihnen einen weiten, sonnigen und erholsamen Sommer in nahen oder ferneren Gefilden.

Vera Hoffmann

Patenkinder und ihre Paten
1. & 12. Klasse

Metamorphose – Mithandmorphose – Umsetzungen der 12. Klasse

«Für mich standen die verschiedenen Fächer anfangs da wie einzelne Pfosten, die nicht viel miteinander zu tun hatten. Jetzt erkenne ich: Es sind Säulen, die sich zu einer grossen Kuppel schliessen.»

Schülerin, 12. Klasse Jahrgang 2016 / 17

Der 14-jährige Bildungsbogen der RSSZO

Der Unterricht an der RSSZO unterstützt auf allen vier Stufen (Elementarstufe, Unterstufe, Mittel- und Oberstufe) in altersgemässer und ganzheitlicher Weise die Entwicklung des Kindes. Dies äussert sich sowohl in der Wahl von Unterrichtsinhalten als auch in der Methodik.

Vom Kind zum jungen Erwachsenen

Das kleine Kind erlebt sich noch bis in die erste und zweite Klasse hinein in einer Einheit mit der Welt.
Im neunten Lebensjahr erfährt es in seinem seelischen Erleben eine zunehmende Trennung von der Welt. Nun beginnt ein immer bewussteres Kennenlernen der Vielfalt der Erde. Subjektives Eigenerleben tritt in der Pubertät noch weiter in den Vordergrund. Der junge Mensch kann in den folgenden Jahren sein Denken immer differenzierter ausgestalten und sich eine Grundlage für die freie Urteilsbildung im Erwachsenenleben schaffen.

Verwurzelung in der Welt und Erziehung zur Freiheit

Diese Entwicklungsschritte sind Ausdruck der zunehmenden Beheimatung des Kindes in der Welt. Unser pädagogisches Ziel ist, diesen Weg so zu fördern, dass die Ausbildung aller drei Seelenkräfte, Denken, Fühlen und Wollen, gelingt. Während in der Elementarstufe noch die Förderung des kindlichen Willens im Vordergrund steht, regt die Lehrperson in der Unterstufe die Ausbildung empfindungsmässiger Vielfalt im Seelenleben an. Zur Mittelstufe hin und insbesondere in der Oberstufe tritt die schrittweise Ausbildung der Denkfähigkeiten in den Vordergrund. All diese Prozesse gipfeln dann in der autonomen Urteilsfähigkeit des jungen Erwachsenen, der nach der 12. Klasse die Schule verlässt.

Entwicklungsschritte und Pädagogik: Hand in Hand

Eingebettet in den Rhythmus der Wochentage, der Jahres- und Festeszeiten lebt das Kind in der Elementarstufe (Kindergarten bis 2. Klasse) ganz im – den Erwachsenen nachahmenden – bewegten Tun und erlebt dabei vertrauensvoll die Gesetzmässigkeiten der Welt.

In der 3. bis 5. Klasse vermittelt die Lehrperson in allen Fächern die Schönheit der Welt und ihrer Prozesse. Darüber staunend, verbindet sich das Kind mit ersten, auch abstrakteren Begriffen. So macht es seine Lernerfahrungen auf bildhafte Weise.
In der 6. bis 8. Klasse werden die Jugendlichen vorwiegend phänomenologisch zum Erfassen – zum Beispiel von naturwissenschaftlichen – Zusammenhängen geführt.

Im handwerklich-künstlerischen Bereich werden von der 7. bis zur 10. Klasse aufeinander aufbauende Lehrgänge in Textiles Werken, Metallarbeiten, Töpfern und Plastizieren, Bildnerisches Gestalten und Schreinern angeboten. Damit wird auch ein Übergang in die Oberstufe geschaffen.

Der pädagogische Ansatz in der 9. und 10. Klasse beruht dann auf einem neuen, eher analytisch-denkenden Erfassen von Zusammenhängen. In der 11. und 12. Klasse werden schliesslich alle Unterrichtsinhalte gemeinsam so erarbeitet, dass ein lebendiges, zusammenschauendes Denk- und Welterlebnis entstehen kann, das alle Fächer umfasst.
Wenn die jungen Erwachsenen zum Abschluss der Schulzeit übergeordnete Gesamtzusammenhänge erkennen, verfügen sie über eine wichtige Grundlage, um sich selbstständig ein Urteil zu bilden.

Nun wird die Bedeutung des gesamten 14-jährigen Bildungsbogens an der RSSZO deutlich. Das kleine Kind ist ganz in der äusseren Bewegung zuhause. Es bildet sich und erkennt die Welt in dieser äusseren Bewegung, im Tun. Im Laufe der 14-jährigen Schulzeit wird diese äussere Bewegung immer mehr in die Ruhe und aus der Ruhe in die innere Bewegung des erkennenden Denkens übergeführt. Dieses ermöglicht auch eine neue, aus zunehmender Freiheit gestaltete Verbindung mit der Welt, z. B. in den Praktika, und kulminiert im Eintritt ins Berufs- bzw. Studienleben der Zwölftklässler. Erst wenn in den geschilderten Schritten alle 14 Jahre vom Kindergarten bis zur 12. Klasse durchlaufen sind, ist die Grundlage für ein innerlich freies Handeln des jungen Erwachsenen in der Welt gelegt.

Die Entwicklung unserer 12. Klasse seit der Unterstufe … erkennen Sie alle wieder?

Der Kreis

Ich weiss nicht, was ich bin,
ich bin nicht, was ich weiss:
ein Ding und nicht ein Ding,
ein Pünktchen und ein Kreis.

Angelus Silesius

Mit diesem zum Staunen anregenden Hintergrund einer Idee des Kreises möchte ich die Betrachtung einleiten, wie EIN Motiv aus dem Mathematikunterricht, das geometrische Motiv des Kreises im 14-jährigen Bildungsbogen unserer Schule auftaucht und sich aufbauend verwandelt.

Vera Hoffmann

Der 14-jährige Bildungsbogen in der Mathematik – am Beispiel des Kreises

Der Kreis im Kindergarten

Im Kindergarten ist der Kreis allgegenwärtig und ein wichtiger Bestandteil des Alltags. Betritt man den Raum, so bildet ein kreisrunder Teppich das Zentrum, um welches die Holzbänke aufgestellt sind. Selbst der Bau des Kindergartengebäudes ist rund gestaltet und bildet einen Kreis rund um die Menschen im Innern. Der Raum hat nicht Ende, nicht Anfang, er hüllt die Kinder ein.

Das Sitzen im Kreis, Kreisspiele, Kreistänze mit einem Innen- und Aussenkreis, die Morgenbegrüssung, all dies geschieht im Kreis. Der Kreis gibt mir, der Kindergärtnerin, die Möglichkeit, alle Kinder zusammen und zugleich wahrzunehmen!

Der Kreis tritt auch in den Kinderzeichnungen oft auf. Sei dies als Sonne, als Kopf, Bauch, als Form und manchmal auch als Muster.
Durch das intuitive Zeichnen und gefühlsmässige Wahrnehmen eines Kreises empfindet das Kind ganz aus dem Tun heraus ein Innen und Aussen, es grenzt sich so mit dem Kreis von seiner Umgebung ab. Das Zeichnen eines Kreises sowie das Erleben eines Kreises sind ein sehr Eindrückliches für das kleine Kind und im Kindergarten sehr zentral.

Der Kreis von der 1. bis zur 5. Klasse

Die Aufgabe in dieser Zeitspanne ist, das Kind zu unterstützen in der Entwicklung, die aus einer spielerischen äusseren Bewegung immer mehr in die innerliche empfindende Bewegung führt. In diesen Klassen wird bildhaft – und stark eine vielfältige seelische Erfülltheit ansprechend – vorbereitet, was dann in der Mittelstufe immer mehr in das sich an Phänomenen orientierende Denken führt. Aus diesem entwickelt sich in der Oberstufe das analytische Denken, was schliesslich zunehmend in den letzten Schuljahren den Boden bildet für zusammenschauende, umfassende Denkmöglichkeiten.

In den ersten zwei Schuljahren also wird nun der Kreis im «Bewegten Klassenzimmer» im Sinne einer hüllenden Begegnungsmöglichkeit fortgesetzt, so wie es im Kindergarten angelegt war. Rhythmischer Teil und Erzählteil finden in dieser Form statt und ermöglichen weiterhin Kreisspiele in vielen Varianten. In der Mitte steht oft ein Blumenstrauss, dessen Standpunkt erst für das Empfinden stimmt, wenn alle gleich weit entfernt sitzen. Hier ist der Kreis nach wie vor in der äusseren Bewegung im Raum präsent.

Dann taucht das Motiv des Kreises aber schon in der ersten Formenzeichnenepoche auf. Zuerst als Form noch gelaufen, dann mit den Händen in der Luft geformt und mit dem nassen Schwamm an der Tafel gezeichnet, findet er schliesslich den Weg tastend auf das Papier und wird in vielfältigen Farben und Grössen von den Kindern erobert. In der zweiten Klasse im ergänzenden Zeichnen an der spiegelnden Geraden wird aus einem gespiegelten Halbkreis wie von Zauberhand auch wieder ein Kreis.

In der dritten und vierten Klasse erfährt das Kind im Entwicklungsschritt über den so genannten Rubikon einen ersten Bruch mit der Welt. Fragen nach Gut und Böse, Leben und Tod, das Erkennen der Schwächen geliebter Menschen, erste Einsamkeitserlebnisse wirken verunsichernd. Weiterhin sind Kreisspiele sehr geliebt. In ihnen erlebt das Kind unbewusst das heilende und zusammenschliessende Rund der Gemeinschaft. In der ersten Stunde des Bruchrechnens dann kann der Lehrer das zerbrechende Rund auch ganz bildhaft thematisieren, indem er mit den Kindern einen runden Teller mit seinem kreisrunden Umfang betrachtet und dann unvorbereitet auf den Boden wirft, sodass er zerbricht. Ebenso kann er einen runden Kuchen mitbringen, der in viel Teile geschnitten wird. In beiden Fällen steht der Kreis für etwas Ganzes, Grösseres, dessen Gesetzmässigkeiten ab der fünften Klasse immer bewusster erforscht werden.

In der fünften Klasse wandelt sich das prägeometrische Formenzeichnen zur ersten Freihandgeometrie-Epoche. Nun kann die Lehrperson in der ersten Stunde etwas anklingen lassen, was dann in der 6. Klasse und später in der Oberstufe seine weitere Entfaltung findet.
Vor den Augen der Kinder wird ein Kreis freihändig an die Tafel gezeichnet. Dann werden die Kinder aufgefordert, zu sagen, wo und wie korrigiert werden muss. Viele entsprechende Ergänzungen führen zu der Überlegung, dass es den perfekten Kreis ja gar nicht gibt, da sogar mit dem Zirkel und selbst bei einer computergesteuerten Zeichnung immer noch die Unebenheiten im Papier mit dem Mikroskop sichtbar sind. Nun ist es nicht weit bis zur Erkenntnis, dass es den perfekten Kreis nur im Denken gibt. Das Wunder des Denkens leuchtet bewusst auf – Grundlage aller weiteren inneren Entwicklung. Bis zur sechsten Klasse haben die Kinder dieses Erlebnis wohl längst vergessen und freuen sich dann an der ersten Zirkelgeometrie. Als Grundlage für die weitere Freude an der eigenen Denkentwicklung bleibt es aber im Unbewussten ruhend.

Der Kreis im Unterricht von der 6. bis zur 8. Klasse

Mit der 6. Klasse beginnt ein neuer Schritt im Bewusstsein des Kindes. Der Drang zum logischen Denken wird stärker, Argumentationen und Diskussionen werden scharf, sind aber meistens vorwiegend an der individuellen Befindlichkeit der Jugendlichen orientiert. Der Übergang von der noch sehr individuell gestalteten Freihandgeometrie zur exakten konstruktiven Geometrie wird mit der Einführung des Zirkels und Lineals geschaffen. Er trägt dazu bei, dass Gefühle sich an klar messbaren Sachverhalten relativieren. Wenn Schnittpunkte nicht so exakt sind, wie sie sein könnten, so korrigiert das mehr als jeder Hinweis von Seiten der Lehrperson.
Die Schüler der 6. Klasse erhalten also gleich zu Beginn der Geometrie-Epoche einen Zirkel. Es wird nicht mit abstrakten Definitionen erklärt, sondern der Schüler beginnt mit der geometrischen Tätigkeit. So wird der Schüler als Erstes einen Kreis schlagen. Diese ideal gekrümmte Linie ist die vollkommenste Linie, die es gibt. Den gezogenen Kreis können wir als ein Urbildliches im ganzen Bereich der Geometrie betrachten. Alle Grundkonstruktionen und auch fast alle geometrischen Gebilde hängen immer wieder mit dem Kreis zusammen.
Nach dem ersten Staunen und der Befriedigung über die Vollkommenheit der schönen Linie versuchen wir das nächste Wunder der Geometrie zu ergründen:
Den Kreisabschnitt in sechs Radien abschreiten. Der Schüler kann an jedem beliebigen Kreispunkt beginnen. Von diesem Punkt aus wird er den Radius der Reihe nach sechs Mal abschlagen. Er wird wieder zum Ausgangspunkt zurückkehren, von wo aus auch immer er begonnen hat! Diese sechs Schnittpunkte kann er der Reihe nach verbinden, so erhält er ein Sechseck. Verbindet er jeden zweiten Punkt miteinander, so entstehen zwei gleichseitige Dreiecke oder ein Sechsstern. Sticht der Schüler in die sechs Schnittpunkte ein und schlägt bei jedem Schnittpunkt einen Kreis, so erhält er ein regelmässiges Sechsblatt, wie eine Blüte aussehend.
Die erste Zirkelgeometrie im 6. Schuljahr ist eine Geometrie des Staunens. Damit sich dies ereignen kann, muss der Schüler lernen exakt zu zeichnen. Genauigkeit und Schönheit der geometrischen Figuren sind so seine Lehrmeister.

Was in der ersten Zirkelgeometrie staunend erleben werden konnte, soll im 7. und 8. Schuljahr gedanklich durchdrungen werden. Die geometrischen Gesetze werden gesucht und formuliert. Der Kreis gerät teilweise in den Hintergrund. Aber beim Um -und Innenkreis leuchtet seine Genialität wieder durch.
Den Schülern wird die Gelegenheit gegeben, weitere Entdeckungen zu machen, indem man sie fragt: «Bei welchen Vierecken lässt sich ein Umkreis zeichnen?» Das heisst: ein Kreis, der durch die vier Ecken geht.
Wie verhält sich das bei einem Quadrat, Rechteck, Rhombus (Raute), Rhomboid (Parallelogramm), Trapez oder Drachenviereck? Wo ist der Mittelpunkt für den Umkreis, und wie kann ich den Mittelpunkt konstruieren? Haben alle Vierecke einen Umkreis?
Nach dem Zeichnen, Messen und Konstruieren wird die nächste Frage gegeben: «Bei welchen Vierecken lässt sich ein Innenkreis zeichnen?» Das heisst: Der Innenkreis eines Vierecks berührt jede Seite der Figur genau einmal.

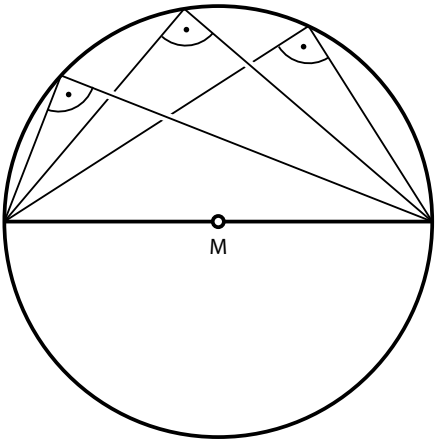
Wie verhält sich auch das bei einem: Quadrat, Rechteck, Rhombus (Raute), Rhomboid (Parallelogramm), Trapez oder Drachenviereck? Wo ist der Mittelpunkt für den Innenkreis, und wie kann ich den Mittelpunkt konstruieren? Haben alle Vierecke einen Innenkreis?
Die Betrachtung der Vierecke wird natürlich vertieft, wie z. B. die Eigenschaften des Vierecks, die Berechnung der Fläche, des Umfangs und der Winkel. Nach dem Zeichnen, Messen und Konstruieren werden die geometrischen Gesetze gesucht und formuliert. Die Sprache soll frei von Gefühlen sein. Es bezieht sich nur auf das, was ist, und nicht auf das, was sein soll.
So erleben die Schüler die Schönheit der Geometrie und entwickeln sich hin zu solchen Kenntnissen, die sie immer mehr zum sachgemässen Urteilen befähigen. Aus solchen ersten geometrischen Urteilen können neue Fragen entstehen, die dann in der Oberstufe mit den wachsenden Bewusstseinsschritten der jungen Menschen in immer grösserer Tiefe betrachtet werden bis hin zu dem, was als zukünftige Entwicklungsmöglichkeit des Denkens in der Projektiven Geometrie in den obersten Klassen angelegt wird.

Der Kreis in der Oberstufe

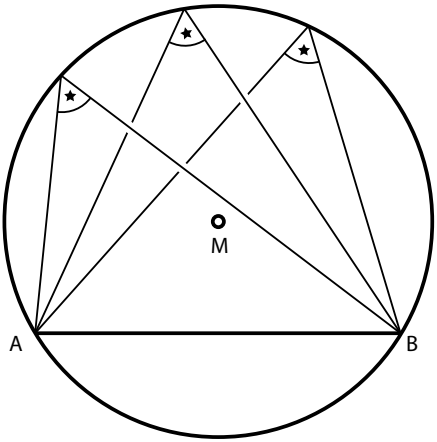
Mit dem Eintritt in die Oberstufe in der 9. Klasse verlassen die Schülerinnen und Schüler die um die Mittelstufe erweiterte Klassenlehrerzeit und kommen über die neuen Fachlehrer und Klassenbetreuer mit einem noch grösseren Kreis von Schulmitarbeitern in Kontakt. Auch in dem Kreis der Oberstufenschüler entsteht ein neues Bewusstsein, ein anderes Zusammengehörigkeitsgefühl, das über den Kreis der Klassengemeinschaft hinausreicht und in gemeinsamen, klassenübergreifenden Projekten erlebbar gemacht werden kann, so wie es in der 7. und 8. Klasse bereits angelegt wurde im gemeinsamen bewegten Morgenbeginn ausserhalb des Klassenzimmers.

Im Fach Mathematik gewinnt das logische und folgerichtige Denken im 9. Schuljahr zunehmend an Bedeutung und möchte, ausgehend von konkreten Problemen, an der Durchdringung eines allgemeinen Zusammenhangs geschult werden. Wurde der Kreis in der Geometrie der Mittelstufenzeit unter anderem als Träger rechtwinkliger

Dreiecke behandelt (der Thaleskreis), so taucht dieser nun in der Geometrieepoche des 9. Schuljahres erneut auf einer höheren Ebene auf.



Thaleskreis



Fasskreisbogen über der Strecke AB

Als Ausgangspunkt stellen wir uns einen Seefahrer nahe einer Küste vor, welcher mit seinem Sextanten drei Leuchttürme unter gewissen Winkeln beobachtet und daraus seinen Aufenthaltsort auf einer Karte zu bestimmen versucht. Im gemeinsamen Konstruieren und Beobachten entsteht in der Klasse die Vermutung, dass alle Orte, von denen aus zwei der Leuchttürme unter einem gewissen Winkel erscheinen, wieder einen Kreisbogen (den Fasskreisbogen) bilden, vergleichbar einer Erweiterung des Thaleskreises. Entzündet von dieser überraschenden Einsicht, wird nun in einem gemeinsamen Unterrichtsgespräch auf rein denkerischer Ebene nach einer logischen und geometrischen Argumentationskette für diese Vermutung gesucht. So lernt die Klasse das Element des geometrischen Beweises kennen, welcher im reinen Denken geführt wird und den übergreifenden Zusammenhang der individuellen Schülerkonstruktionen erkennen lässt.

Ein ganz anderes Element des Kreises lernen die Jugendlichen später im Zusammenhang mit der Kreisvermessung kennen. Wurden in der Unter- und Mittelstufe gerade Strecken und geradlinig begrenzte Flächen vermessen oder berechnet, so wird nun die Frage nach dem Umfang und dem Flächeninhalt eines Kreises vor die Jugendlichen gestellt. Konkret anbinden lässt sich diese Frage wieder in vielfältiger Weise an Problemstellungen der Alltagswelt. Je nach dem individuellen Stand der Klasse mag ein mehr phänomenologischer Einstieg (alle vermessen den Umfang verschiedenster runder Gegenstände und wir vergleichen die Ergebnisse) oder gleich ein mehr problemlösend und denkerisch orientierter Einstieg (wir versuchen den Kreisumfang durch regelmässige Vielecke mit zunehmender Eckenzahl zunehmend genauer zu erreichen) am Anfang stehen. Aus dem praktischen Tun legt sich der Klasse die auf den ersten Blick erstaunliche Vermutung nahe, dass für alle kreisförmigen Gegenstände ein festes Verhältnis zwischen Umfang und Durchmesser besteht, welches unge-

fähr den Wert 3 besitzt. Dies lässt den Jugendlichen erleben, dass jeder erlebte Kreis, unabhängig von seiner Grösse, uns als Abbild einer übergeordneten Einheit erscheint.

Wird nun der Frage nachgegangen, welchen genauen Zahlenwert das Verhältnis aus Umfang und Kreisdurchmesser besitzt, welches also die Länge der «Krummen» an der Länge der «Geraden» misst, so können die Jugendlichen anhand der Berechnungen der regelmässigen Vielecken ein Gefühl dafür bekommen, wie es zur Unmöglichkeit wird, das Vollkommene des Kreises zahlenmässig in unserem Dezimalsystem auszudrücken. Dieses Gefühl können geschichtliche Erzählungen über verzweifelte Bemühungen zahlreicher Menschen, dem Geheimnis der Kreiszahl $\pi = 3{,}1415\ldots$ mit ihren anscheinend nie endenden und sich nicht wiederholenden Nachkommastellen auf die Spur zu kommen, unterstützen und einen staunenden Blick auf ein Geheimnis der Mathematik eröffnen.

Wurden geometrische und algebraische Inhalte bis zum 10. Schuljahr meist ohne erkennbaren inneren Zusammenhang nebeneinander behandelt, so wird ab der 11. Jahrgangsstufe die enge Verbindung zwischen einer algebraischen Gleichung und ihrer geometrischen Deutung zum zentralen Thema des Mathematikunterrichts. Geschichtlich geht dieses Grundprinzip der sogenannten Analytischen Geometrie auf René Descartes zurück, der damit den Weg für die Entdeckung und Mathematisierung der physikalischen Gesetze der Neuzeit ebnete.
Das Auffinden der algebraischen Gleichung eines Kreises erfordert nun von den Schülerinnen und Schülern ein geistiges Eintauchen in die Wesenseigenschaft eines Kreises: Was ist die zugrundeliegende Gesetzmässigkeit eines Kreises, und wie lässt sich diese in die Form einer algebraischen Gleichung giessen? Was ursprünglich als Einheit erlebt wurde, muss nun als eine Ansammlung von Punkten betrachtet werden, welche alle den gleichen Abstand von einem gemeinsamen Mittelpunkt besitzen. Hier ist auch das in der Neuzeit vorherrschende analytische Denken erkennbar, das dem Fortschritt der Wissenschaften und der heutigen Technologie zugrunde liegt: die Dinge werden nicht als eine Ganzheit betrachtet, sondern gedanklich oder willentlich in ihre Teile zerlegt, wodurch Einblicke in gewisse Gesetzmässigkeiten und Eigenschaften ermöglicht werden. Das Erlernen des analytischen Denkens, aber auch das Gewahrwerden seiner Grenzen, ist eine zentrale Aufgabe der Oberstufenzeit.

Eine dazu polare Denkform wird in der 11. und 12. Jahrgangsstufe durch die Beschäftigung mit der Projektiven Geometrie geschult. Anstelle des analytischen oder messenden Ansatzes steht hier ein zusammenschauender oder qualitativer Zugang zur Geometrie im Vordergrund, der von den wechselseitigen Beziehungen zwischen den geometrischen Elementen ausgeht. Betrachten wir zum Beispiel Punkt und Gerade innerhalb einer Ebene, so lässt sich feststellen: Wie zwei Punkte stets auf einer gemeinsamen Gerade liegen, so besitzen zwei Geraden stets einen gemeinsamen Punkt (ihren Schnittpunkt), es sei denn die beiden Geraden verlaufen parallel zueinander. Hier spricht sich eine Dualität zwischen Punkt und Gerade aus, eine höhere Symmetrie, die sich uns in dem rein analytischen Zugang zur Geometrie nicht offenbart. Jene Ausnahmefälle, welche diese Dualität scheinbar durchbrechen (im obigen Beispiel die zwei parallelen Geraden), lassen sich widerspruchsfrei beseitigen

durch das Hinzufügen unendlich ferner Punkte, welche nicht durch unsere sinnliche Erfahrung, sondern nur in rein denkerischer Tätigkeit erfasst werden können. Durch das Zeichnen und Durchdenken verschiedenster geometrischer Figuren machen sich die Schüler mit dieser Dualität der Ebene vertraut und üben dabei ein linienweises Sehen, welches polar zu unserem gewohnten punktweisen Sehen ist.

Im Sinne dieser Erweiterung des Raumes besitzt eine Gerade nur einen unendlich fernen Punkt, sie schliesst sich gewissermassen in sich selbst und kann somit als Grenzprozess eines Kreises angesehen werden, dessen Mittelpunkt ins Unendliche wandert. Das aktive Denken und Erleben einer solchen mathematischen Metamorphose bildete für Rudolf Steiner eine zentrale Vorschulung einer imaginativen Anschauung, mit der sich formbildende Prozesse des Lebendigen erfassen lassen.

Sarah Flammann, Catherine Langmair, Vera Hoffmann,
Ruedi Beer, Ferdinand Brennecke

Fremdsprachenunterricht an unserer Schule

Unsere Erst- und Zweitklässler lernen die Sprachen Englisch und Französisch durch Zuhören, Mittun und Nachsprechen kennen. Dabei wirken noch die Kräfte der Nachahmung, die auch beim Erlernen der Muttersprache wirksam waren. Sprache wird in ihrer Ganzheit aufgenommen, durch Reime, Sprüche, Lieder, Reigen, Spiele und kleine Szenen.
In der 3. und 4. Klasse findet ein Reifeschritt in der Entwicklung statt, wo das Kind sich nicht mehr nur als Eins mit der Umgebung erlebt, sondern beginnt, sich selber zur Aussenwelt hin abzugrenzen. Die Nachahmungskräfte machen den erstarkten Denkkräften Platz. Da ist es Zeit, sich mit der abstrakteren Stufe der Sprache, mit der Schriftsprache auseinander zu setzen. Dies geschieht zuerst im Aufschreiben des bereits Gelernten und führt dann stufenweise in das Lesen und in das bewusstere Wahrnehmen der unterschiedlichen Schreibweisen der Mutter- und Fremdsprache.
Ab der 5. Klasse findet zunehmend das Bewusstmachen von Sprachgesetzmässigkeiten statt; Lektüre, erzählte Geschichten, rezitierte Gedichte bieten einen reichen Stoff, um Regeln der Sprache aufzuspüren, selber zu formulieren und zu verinnerlichen. So wächst das grammatische Verständnis der Sprache von Jahr zu Jahr, Regeln werden verfeinert, neue dazugelernt. Auch die Lektüre wird anspruchsvoller, die Wortschatzarbeit intensiver, die Dialoge ausführlicher.

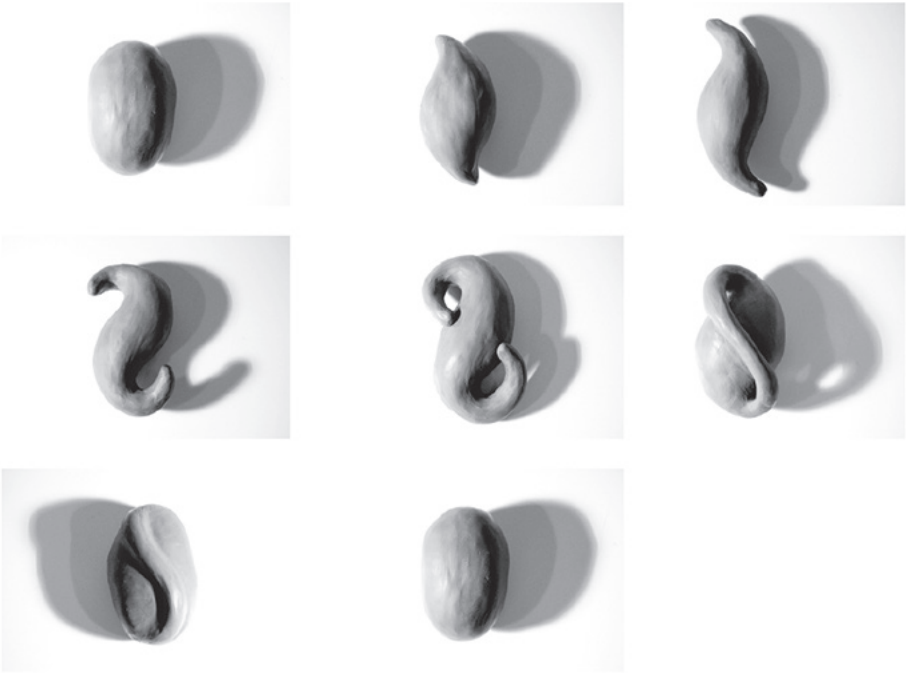
Die Lektüren nehmen bis zur 12. Klasse im Fremdsprachunterricht eine zentrale Stellung ein. Die Wahl der Lektüre richtet sich nach Alter und Interessen der Klassen, kann aber auch je nach Klassencharakter gewählt werden. Durch das Zusammenfassen der Inhalte, das zuerst gemeinsam und allmählich immer individueller durchgeführt wird, üben die Kinder selbständiges Formulieren, welches dann auch dazu führt, dass sie lernen, ihre eigene Meinung in der Fremdsprache auszudrücken.

Besonders in der Pubertät, in der Umbruchzeit, in der der Jugendliche an ein Gleichgewicht zwischen subjektivem und objektivem Wahrnehmen der Welt herangeführt werden soll, werden auch im Fremdsprachunterricht Themen aufgegriffen, an welchen der Jugendliche wachsen kann: Biographien von starken Persönlichkeiten, Thematisieren von Idealen, Kennenlernen fremder Kulturen, Zeitungsartikel, zeitgenössische Autoren – ein reicher Schatz an Lese- und Sprachmaterial bietet sich an, um den Umgang mit der Fremdsprache zu stärken und Interesse an der Welt zu wecken.

Von der 9. bis zur 12. Klasse treten immer stärker die unterschiedlichen Begabungen und Interessen der einzelnen Schüler auf; und so ist es an der Zeit, auch den Fremdsprachunterricht individueller zu gestalten. Dies geschieht durch unterschiedliche Lernziele, die sich immer an den Fähigkeiten des Einzelnen ausrichten: Wir können differenzieren mit unterschiedlich anspruchsvoller Lektüre – vom vereinfachten Text bis zum Originaltext – mit angepassten Aufgabenstellungen und Bewertungsmassstäben. Dies kann im Klassenganzen oder in Niveaugruppen geschehen. Auch ist es je nach Bedarf möglich, sich zusätzlich zum allgemeinen Unterricht auf das Cambridge

First Certificate im Englischen vorzubereiten.
Von der 10. Klasse an sind immer mehr Schüler so weit, dass sie sich zutrauen, Fremdsprachaufenthalte von einigen Wochen bis zu mehreren Monaten zu absolvieren und so das Gelernte nun im richtigen Leben zu erproben und zu vertiefen. Dabei bieten oft auch die Praktika der 10. bis 12. Klasse eine gute Möglichkeit, um Sprachenlernen mit ersten Arbeitserfahrungen zu verbinden.
Am Ende seiner zwölfjährigen Schulzeit steht jeder einzelne Jugendliche mit unterschiedlichen Sprachkenntnissen da. Alle aber haben durch das stetige Üben ihre Wahrnehmungsfähigkeiten gestärkt, ihre Flexibilität im Umgang mit verschiedenen Sprachstrukturen vergrössert und mit den Fremdsprachen ein menschliches Gut erworben, das hilft, das Fremde kennen und schätzen zu lernen, sich im Leben besser zurechtzufinden und damit auch sich selber zu entwickeln.

Ariane Boissonnas



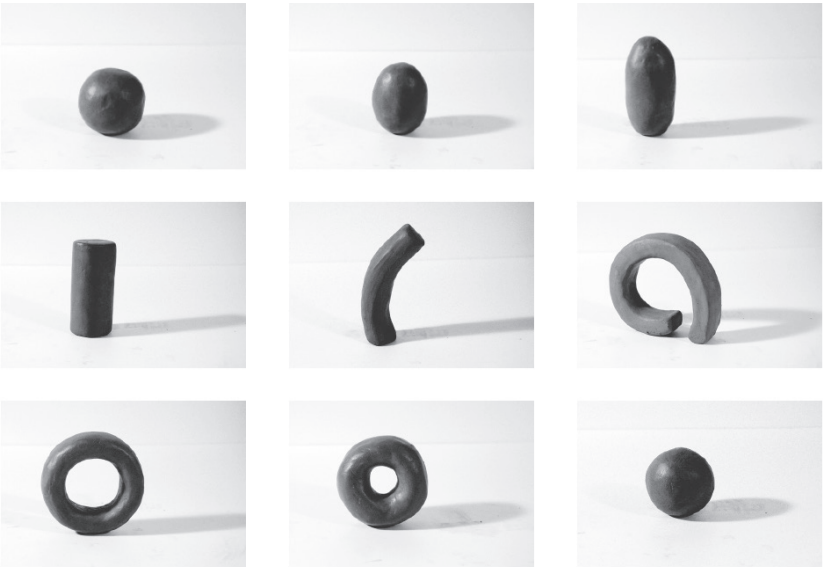
Einblick in die Arbeit mit der Schülerschaft zur Oberstufenentwicklung

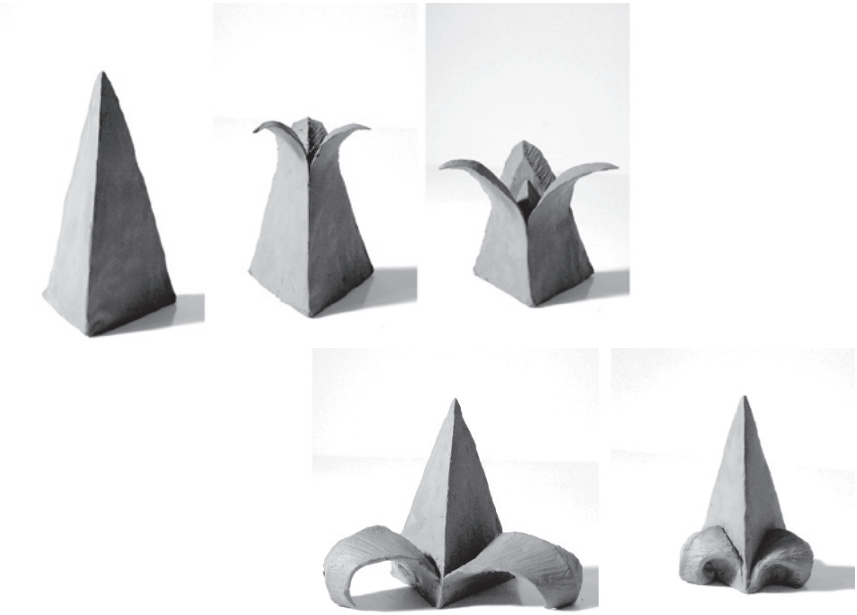
Im Zuge unserer diesjährigen Arbeit an der Umgestaltung und Entwicklung der Oberstufe kam nicht nur das Kollegium mit Jon McAlice zur intensiven inhaltlichen Arbeit zusammen, sondern es ergaben sich auch Gelegenheiten für die Schülerinnen und Schüler der Oberstufe in den Austausch mit Jon McAlice sowie mit dem Oberstufenkollegium zu kommen. Es entstanden interessante Gespräche, kreative Gedanken und die Erkenntnis, dass sich die Vorstellungen und Wünsche der Schülerschaft und des Kollegiums für die künftige Oberstufe ähneln, überschneiden und ergänzen.

In einer dieser Gesprächsrunden erarbeitete die Schülerschaft Ziele und Wünsche für die Schulzeit und insbesondere für die Oberstufenzeit. Sie formulierten in Kleingruppen Kompetenzen, die sie erworben haben möchten, um nach 14 Jahren Schulzeit in der Rudolf Steiner Schule lebenstüchtig in die Welt und in den nächsten Lebensabschnitt zu treten.
In der Zusammenschau erachteten die Schülerinnen und Schüler Sozialkompetenzen und Mitgefühl gegenüber den Mitmenschen, Selbstständigkeit, Zuverlässigkeit und die Fähigkeit zur Selbstreflexion als zu erwerbenden Kompetenzen. Ebenso nannten sie die Fähigkeit, eigene Gedanken auszudrücken, Urteile zu fassen und Probleme zu lösen. Für die Schülerinnen und Schüler ist zudem klar, dass hierfür u.a. mathematisches bzw. logisches Denken, Flexibilität und ein gewisses Mass an Improvisation sowie der Umgang mit Technik erforderlich ist. Mit diesen erworbenen Fähigkeiten und Fertigkeiten im «Rucksack» fühlen sich die Schülerinnen und Schüler bereit zu sagen: «Nach 14 Jahren Rudolf Steiner Schule gehe ich lebenstüchtig in die Welt.»

Wir Lehrerinnen und Lehrer begegneten wohlwollenden und in der Sache sehr offenen Oberstufenschülerinnen und –schülern. Wir bedanken uns bei unserer tollen und aufgeschlossenen Schülerschaft für die konstruktive Zusammenarbeit!

Franziska Kuschicke





Was? Ihr habt Gartenbau als Schulfach .....?!

Wer das hört, ist erstaunt, freut sich und findet das wichtig. Nun – beim Staunen muss nicht stehen geblieben werden. Der Frage nach der pädagogischen und sozialen Wirkung dieses Unterrichts kann nachgegangen werden anhand der Ausgestaltung des Gartenbauunterrichts an den Rudolf Steiner Schulen.

6. / 7. Klasse (damit ist ein Gartenjahr, nicht zwei Schuljahre gemeint)

Der Gartenbauunterricht beginnt in der 6. Klasse nach den Sportferien. Die Kinder stehen an einem Punkt ihrer Entwicklung, an welchem sie kausales Denken verstehen und handhaben können. Mit Ursache und Wirkung will umgegangen werden. Es gilt Ernst – nicht mehr Spielen, sondern mit fachmännischer Anleitung in der Welt Tätigwerden! Jeder Schüler bekommt ein Beet von 5 mal 2 Meter zugeteilt. Dafür übernimmt er Verantwortung – auch in den Ferien. Mit dem Lernen der gärtnerischen Grundtätigkeiten entsteht vor dem Schüler eine Welt von Beziehungen:
Wir sind vom Wetter abhängig. Wir sind mit der Jahreszeit verbunden. Wir müssen auf den Zustand des Bodens achten. Die Setzlinge für unsere Beete ziehen die Achtklässler – Ich muss sorgfältig mit den Pflanzen umgehen. Es gibt nützliche und schädliche Lebewesen. Ich kann nicht nach Lust und Laune tätig sein. Ich übernehme Verantwortung für Lebewesen. Jäten zum richtigen Zeitpunkt spart viel Arbeit. Das Werkzeug muss jeweils wieder zurück an seinen Ort. Wenn keine Stiefel angezogen wurden, muss im Schulhaus nachgeputzt werden. Am Ende des Gartenjahres muss das Beet so sein, dass die neuen Sechstklässler wieder damit arbeiten können. Und vieles mehr ...
In dieser ersten Zeit im Schulgarten nehmen die Kinder sehr viel auf, nehmen Gewohnheiten an, machen begeistert mit und tragen die Begeisterung auch nach Hause. Zugleich schwindet mit der beginnenden Erdenreife (Pubertät) aber der Schwung und die Leichtigkeit der Kindheit; und es gilt, sich mit der beginnenden Individualisierung auseinander zu setzen. Darin sind die Kinder auf Führung angewiesen.

7. / 8. Klasse

Am Ende der Vegetationszeit haben die Schüler ihre Beete abgegeben. Nun kommt ein neuer Schritt: die Arbeit im ganzen Garten. Allein, in kleineren oder grösseren Gruppen geht es darum, Arbeitsaufträge auszuführen. Bei jedem Wetter gibt es genug zu tun! In der 6. Klasse stand die Beziehung zum Garten und seinen Lebewesen im Vordergrund. Diese Beziehungsentdeckung und -festigung geht weiter; neu dazu kommt die Beziehung der arbeitenden Menschen zueinander. Der Schüler übernimmt einen Auftrag wie Setzlinge auf ein Beet pflanzen. Zuerst einmal ist es so, dass er diese Arbeit nicht für sich selber macht – das ist ungewohnt, in den meisten Schulfächern ist er für sich selbst tätig. Dazu kommt die allgemein kursierende gesellschaftliche Haltung, dass zwar nicht für sich, aber auch nicht für den anderen, sondern für Geld gearbeitet wird. Im Garten wird deutlich: Von einer gut gemachten Arbeit, welche zum Beispiel die Blumen schön wachsen lässt, haben alle einen Gewinn. Eine nicht

richtig oder gar nicht ausgeführte Aufgabe bedeutet, dass es jemand anders machen muss oder dass es keine Blumen gibt. Der Grundsatz ist: Alles, was ich tue oder eben nicht tue, hat seine Folgen im Sozialen. Das darf bis in das Kleinste immer wieder geübt werden. Der Garten gibt ganz von der Sache her die Möglichkeiten dazu.

8. / 9. Klasse

In der 8. Klasse wiederholt sich das Thema. Die jungen Menschen sollen tüchtig werden im Leben – ein Grundsatz an der Steinerschule. Das ist eine pädagogische Aufgabe. Um es deutlich auszusprechen: Es geht nicht darum, die Schüler den Umgang mit Erde und Pflanzen zu lehren, sondern darum, dass sie anhand von Pflanzen und Erde Tüchtigkeit und Achtsamkeit lernen. Die Schüler äussern manchmal, dass sie eigentlich Gescheiteres tun könnten als da im Garten herum zu wühlen. Einen Garten würden sie sowieso nie haben. Da kann ihnen durchaus Recht gegeben werden. Um das geht es nicht. Aber es geht darum, dass sie in diesem Alter lernen, eine Arbeit richtig und gut zu machen. Das ist etwas, das überall im Leben Nutzen bringt. Als Lehrer kann es einem passieren, dass man in solchen Bereichen etwas moralisch wird. Die grosse pädagogische Aufgabe besteht darin, viel Humor und Geduld zu haben, alles zu sehen, aber auch übersehen zu können, konsequent und gerecht zu sein, das Gärtnerherz schmerzen zu lassen, Pedanterie und Pingeligkeit zu verbannen – und sich vor allem an dem zu freuen, was an Zukunftskraft immer wieder bei den jungen Menschen durchleuchtet.

9. / 10. Klasse

Gerade ein Fach wie Gartenbau, welches über sechs Jahre hinweg unterrichtet wird, zeigt, wie hilfreich Rhythmen und Gewohnheiten sind. Sie erleichtern Umgang und Arbeit wesentlich. Nachdem die Jugendlichen nun zwei Jahre im allgemeinen Garten tätig waren, braucht es wieder einen neuen Beziehungsaspekt zum Garten. Eine Arbeitsaufgabe führen sie nun in der Regel sehr verlässlich aus. Jeder Schüler übernimmt einen Bereich des Gartens wie Blumenbeete, Beerensträucher, Komposte, Gewächshaus und so weiter bis zum Ende des Gartenjahres. Die Aufgabe ist klar: Es muss so gemacht sein, dass es nicht peinlich ist, wenn Besuch in den Garten kommt.
Neben diesen Pflegeaufgaben beschäftigen wir uns mit der Vermehrung der Pflanzen. Diese können sich geschlechtlich über Samen und ungeschlechtlich über Ausläufer oder Stecklinge vermehren. Eine unendliche Welt der vielfältigsten Vermehrungsarten öffnet sich hier. Einbezogen sind hier auch die Elemente der Umwelt, die Tierreiche und nicht zuletzt der Mensch. Je nach Klasse können hier Gespräche entstehen. Die Inhalte sind sachlich und entstehen aus den Gegebenheiten und Zusammenhängen des Gartens. Den grossen Mysterien des Lebens – Geburt, Vermehrung und Tod – begegnen die Jugendlichen in allen Lebensprozessen des Gartens. Das findet im Rahmen einer Normalität statt, es gehört einfach dazu, wird nicht überbewertet oder ist gar künstlich.

Die Beziehungspflege wird fortgesetzt, indem wir ganz praktisch die Wachstumsbedingungen der Pflanzen untersuchen. Welchen Einfluss haben verschiedene Böden und Dünger auf Keimung und Entwicklung? Wir untersuchen zum Beispiel unsere Gartenerde, Komposterde, Waldboden, Sand, frischen und kompostierten Mist, Erdmischungen aus dem Handel und fügen Kunstdünger, Brennnesseltee oder Kochsalz hinzu. Wöchentlich wird jetzt beobachtet, gemessen, verglichen und besprochen. Deutlich werden Unterschiede sichtbar. Ebenso sichtbar wird die Beziehung des Menschen dazu – durch seine Tätigkeit wirkt er auf die Pflanzen und gestaltet die Beziehung. Ein Beispiel: Die fruchtbare Erde entsteht durch ein grossartiges, intensives Zusammenwirken unzähliger Lebewesen im Boden. Abbau- und Aufbauprozesse lassen den Humus entstehen. Die Wurzeln der Pflanzen verbinden sich dann intensiv mit den Lebewesen in der krümeligen und lockeren Erde und beziehen von dort die aus Lebensprozessen gebildeten Nährstoffe. Damit diese Prozesse stattfinden können, brauchen die Bodenlebewesen Nahrung. Diese bekommen sie mit Mist- oder Pflanzenkompost. Entgegen der weit verbreiteten Meinung «füttern» wir nicht die Pflanzen, sondern das Leben des Bodens! Wird der Boden nur mit Kunstdünger versorgt, wachsen die Pflanzen zunächst gut, weil sie die im Wasser gelösten Nährstoffe aufnehmen. Die Bodenlebewesen haben aber nichts mehr zu tun und wandern ab. Als Folge verschwindet der Humus, der Boden mineralisiert und wird unfruchtbar. Die Jugendlichen erleben daran, wie eine scheinbar saubere und elegante technische Lösung die Grundbeziehung zwischen Erde, Bodenlebewesen und Pflanze in Unordnung bringt. Die Folgen für den Erhalt einer nachhaltigen Fruchtbarkeit sind bekannt.

10. / 11. Klasse

Die Schüler der 11. Klasse stehen deutlich an einem anderen Ort als in den Jahren zuvor. Die Individualisierung wird an einem anderen Ort fortgesetzt. Sie sind freier gegenüber dem, was von aussen auf sie zukommt und entwickeln immer mehr Weltinteresse. In der Schule wird dieser Impuls mit dem Landwirtschaftspraktikum und intensiven Betriebspraktika aufgenommen. Für die Jugendlichen ist das eine Herausforderung. Kann ich wirklich in der Welt gebraucht werden? Bin ich tüchtig? Kann ich das erfüllen, was verlangt wird? Wie komme ich mit anderen Menschen zurecht? Die Rückmeldungen von den Praktikumsplätzen sind in der Regel sehr gut und wir sehen, dass der Weg der praktischen Anbindung an die Welt gut ist.
Im Gartenbauunterricht wird der Mensch wieder in das Zentrum gestellt. Das Spannungsfeld zwischen Natur und Kultur versuchen wir praktisch anzugehen. Wir alle müssen essen, brauchen Kleider und Behausung wie noch einige andere Dinge zum Leben. Wenn wir kulturell tätig sind (wie es auch eine Schule ist) oder einer naturfernen Arbeit nachgehen, können wir nicht für unsere leiblichen Bedürfnisse sorgen. Darin sind wir auf andere Menschen angewiesen. Und auf die Kulturpflanzen! Das ist eine wenig bewusste Tatsache. Ein Beispiel: In der Natur findet sich Wildgerste. Sie wächst ohne Zutun des Menschen. Die Samen sind klein und haben kaum einen Stärkekörper. Daraus kann kein Mehl gewonnen werden. Auf den Feldern wächst Kulturgerste. Diese hat einen grossen Stärkekörper, und die Körner bleiben in der Ähre bis zur Ernte. Das sind wichtige Eigenschaften der kultivierten Gräser. Kulturpflanzen aller Art – also Obst, Gemüse, Getreide, Kartoffeln, Ölpflanzen, Faserpflanzen

und Blumen – haben bestimmte Organe grösser, zuckerhaltiger, aromatischer und so weiter ausgebildet und mit ihrem Anbau können wenige Menschen für viele sorgen. In Jäger- und Sammlerkulturen waren alle Mitglieder einer Gruppe mit dem Nahrungserwerb beschäftigt. Heute genügt ein kleiner Prozentsatz der Bevölkerung! Der andere Teil hat einen riesigen Freiraum, andere Dinge zu tun.
Im Zeitraum von sechs- bis siebentausend Jahren vor unserer Zeitrechnung machte die Menschheit in der sogenannten Neolithischen Revolution einen wesentlichen Entwicklungsschritt: vom Jagen und Sammeln zur Sesshaftigkeit. Städte und Kulturbauten wurden geschaffen, und die ganze Lebensweise änderte sich grundlegend. Das war aber nur möglich durch das gleichzeitige Auftreten von Kulturpflanzen und Haustieren. Warum gewisse Tiere plötzlich zahm wurden und Wildäpfel grosse und süsse Früchte bildeten, ist für die heutige Wissenschaft ein ungelöstes Rätsel. Verständlicher ist die Annahme, dass Menschen über die Fähigkeit verfügten, auf spiritueller Ebene mit Pflanzen und Tieren eine Beziehung aufzubauen. So wurde gewissermassen eine Abmachung getroffen: Pflanzen und Tiere geben, was der Mensch braucht und im Gegenzug sorgt der Mensch für sie. Von diesem Erbe zehren wir heute noch und haben die Aufgabe, dieses mit steter Erneuerung – ganz speziell mit biologisch-dynamischer Landwirtschaft – in die Zukunft zu tragen. Mit der Kreuzung vorhandener Sorten leisten die Pflanzenzüchter eine wichtige Arbeit in der Erneuerung der Sorten. Mit den heutigen technischen Mitteln ist es nicht möglich neue Kulturpflanzen zu schaffen – zum Beispiel Holunder mit kirschengrossen Beeren. Wir zehren also heute noch von der Kultivierungstat der Menschen vor tausenden von Jahren.

Diese Aspekte werden mit den Schülern besprochen. Praktisch machen wir das beispielhaft am Veredeln von Rosen. Auf der einen Seite haben wir die Kulturrosen mit grossen, duftenden, gefüllten und farbigen Blüten. Auf der anderen Seiten sind die Wildrosen. Diese wachsen kräftig und gesund ohne menschliches Zutun, haben zwar schöne, aber nur kleine und kurzlebige Blüten. Die Kulturrose ist ganz auf den Menschen angewiesen. Ohne ihn gäbe es sie nicht. So ist eine ganz besondere und anspruchsvolle Beziehung entstanden. Um die Kulturrose wachsen zu lassen und zu vermehren, wird eine Knospe der Edelrose unter die Rinde der Wildrose gesetzt. Diese wächst an, und es entsteht eine Kombination von zwei Pflanzen. Die Wurzel der Wildrose trägt mit ihrer Lebenskraft und Wüchsigkeit die Edelrosen mit ihren schönen Blüten. Das ergibt ein aus dem Leben entstandenes Bild für die Kulturtätigkeit des Menschen an sich selber und der Welt. Die Anregung Rudolf Steiners, dass die Jugendlichen «gerne das Mysterium des Veredelns kennenlernen wollen», trifft vollständig zu.
Eine weitere geheimnisvolle Sache beschäftigt uns auch noch: Was ist fruchtbare Erde und wie entsteht sie? Die Schüler legen Versuchskomposte an, beobachten und protokollieren die Verrottungs- und Zerfallsprozesse, überwinden meistens ihren Widerwillen gegen stinkende Verfallprozesse, staunen über die Vielfalt der Lebewesen, die mit Ab- und Aufbau beschäftigt sind, und erleben, wie daraus duftende Erde entsteht.

Damit beenden wir die Gartenbauzeit. In ihr haben die Schüler einen vielfältigen Einblick in die Beziehungswelt von Mensch, Kultur und Natur erlebt. Und vor allem haben sie es ganz praktisch unter Einbezug aller Muskeln und aller Sinne getan. Damit wurde ein Rucksack mit Beziehungsverständnis für eine ganze Biographie gefüllt.

Zusammenfassend

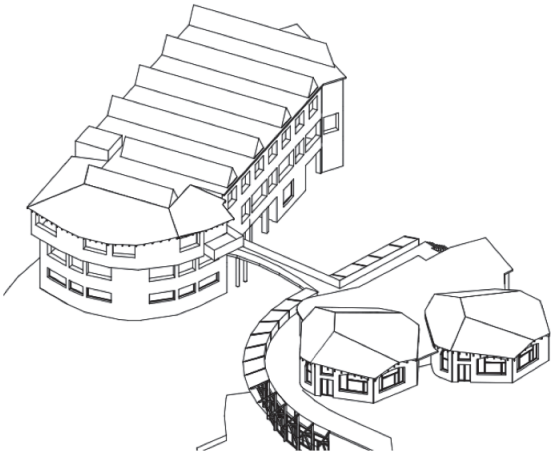
Der Gartenbauunterricht wurde schon an der ersten Waldorfschule mit dem ausserordentlichen Weitblick Rudolf Steiners eingerichtet. Im Gegensatz zu der damals starken Schulgartenbewegung ging es ihm nicht um die Selbstversorgung der Arbeiter mit gesunden Nahrungsmitteln. Ihm war wichtig, dass die Kinder eine praktische, empfindende und verstehende Beziehung zur Natur als ihrer Lebensgrundlage aufbauen können. Damit stehen sie später auf andere Art im sozialen, kulturellen und wissenschaftlichen Leben, weil der Garten alle Beziehungen in sich birgt, mit allem zu tun hat und sie alles praktisch getan und mit allen Sinnen erlebt haben.
In der allgemeinen Bildungslandschaft wird dieses mächtige pädagogische Instrument zugunsten der kognitiven Fächer, die es für Abschlüsse braucht, kaum noch berücksichtigt. Es gibt aber immer mehr Menschen, die aus Einsicht in die heutige gesellschaftliche Aufgabe, Beziehungen bewusst zu gestalten, das zukunftsgerichtete pädagogische Potential des Gartenbauunterrichtes nutzen wollen.

Peter Lange

Das Morgen wächst aus dem Heute

Ich stehe vor dem Gebäude der ersten und zweiten Klasse und schaue über das kleine Vordach an die geschwungene Fassade des Oberstufengebäudes. Hinter mir klingen muntere Kindergeräusche. Von unten höre ich gedämpftes Hämmern aus der Metallwerkstatt. Vom Saal trägt der Wind Musik herüber. Gegenüber arbeiten Elftklässler konzentriert in der Holzwerkstatt. An der Brücke, die sich über den Walter-Känel-Platz spannt, hängen farbige Wimpel – Zeugen des rauschenden Festes, welches die Schulgemeinschaft vor kurzem zur Einweihung gefeiert hat.

So sehe ich die Zukunft der Rudolf Steiner Schule Zürcher Oberland in Wetzikon. Ein fertig gestellter Schul-Campus. Mehrheitlich durch Spenden finanziert. Getragen von der Schulgemeinschaft. Ein Ort, wo lebendig für das Leben gelernt wird.



Der dringend benötigte Bau als Ersatz des in die Jahre gekommenen Pavillons ist für die Zukunft der Schule enorm wichtig. Wir haben wieder eine Betriebsbewilligung bis 2022 erhalten. Weitere Jahre im Pavillon sind ausgeschlossen, weil er den feuerpolizeilichen Anforderungen nicht mehr genügt.

Es muss für 16 Raumeinheiten neuer Platz geschaffen werden – für Naturwissenschaften, Werkstätten sowie für Hort und Spielgruppe.
Die Lehrerschaft beschäftigt sich intensiv mit der Schule der Zukunft. Dabei ist der 14-jährige Bildungsbogen vom Kindergarten bis zur 12. Klasse zentral und – wo gewünscht – bis zum 13. Schuljahr zur Vorbereitung der eidgenössischen Matur.

Was können wir Eltern und Mitglieder des Schulvereins tun? Wie tragen wir die Schule der Zukunft mit? Was können wir heute tun, damit die lebendige Schule von Morgen Wirklichkeit wird?

Zum einen können Sie an der kommenden Mitgliederversammlung vom 25. September 2018 um 19 Uhr durch Ihre Anwesenheit bekunden, dass Sie diese Schule unterstützen. Tragen Sie sich den Termin noch heute in Ihre Agenda ein.

Zum anderen können Sie sich bei mir melden, um im Vorstand mitzuwirken. Wir brauchen mutige und besonnene Menschen, die den Neubau, den Verein und somit auch die Schule in die Zukunft führen. Ab dem kommenden Vereinsjahr werden wir voraussichtlich noch drei gewählte Vorstandsmitglieder sein – das statutarisch geforderte Minimum.

Gerne begrüsse ich Sie zusammen mit Verena Schaltegger, Lukas Wunderlich und Marc Müller an der Mitgliederversammlung vom 25. September 2018.

Für den Vorstand, Roland Kurath

INSERTIONS-BESTIMMUNGEN

INSERATE – FORMATE – PREISE

1 / 1 Seite	118 x 173 mm	Fr. 220.–
1 / 2 Seite	118 x 84 mm	Fr. 120.–
1 / 3 Seite	118 x 53 mm	Fr. 80.–
1 / 4 Seite	57 x 84 mm	Fr. 60.–

Preise exkl. 7.7 % MwSt., Platzierung auf der Umschlagseite + 25 %

Anzeigenschluss Sommer: 16. November 2018
Inseratvorlagen: Daten nach Möglichkeit in Erscheinungsgrösse, können als PDF direkt an info@alinea.ch gesendet werden. Bearbeitungen wie Neusatz, Gestaltung oder PDF-Erstellung werden separat nach Aufwand verrechnet.

Inseratenverwaltung:
Alinéa AG, Eichbüelstrasse 27, 8618 Oetwil am See
Telefon 044 932 75 79, Fax 044 932 75 80
info@alinea.ch

NEUE WEGE
MÖGLICHKEITEN
LÖSUNGEN UND
LEBENSFREUDE FINDEN

Psychotherapeutische Praxis und Maltherapie

für Einzelne, Paare und Familien

Marianne Speissegger Dipl. Psychologin FH
Maltherapeutin IAC
Kastellstrasse 6
8620 Wetzikon-Kempten
Mobile 078 827 47 71
speissegger@beziehungstherapeuten.ch
www.beziehungstherapeuten.ch

Krankenkassenbeitrag mit Zusatzversicherung möglich

Bewegungspraxis
Praxis für Heileurythmie / Eurythmietherapie

Um dem Besonderen eine Chance zu geben

die Nachreifung der Kinder
und Jugendlichen zu unterstützen.
Individuelle Förderung durch
künstlerische Therapie

Herbert Langmair
Tel. 044 954 37 34
Praxisraum an der
Rudolf Steiner Schule Wetzikon
Krankenkassenanerkennung
www.bewegungspraxis.ch
bewegungspraxis@web.de

Form und Farbe

Malerarbeiten - nachhaltig und individuell.

Station Oberkempthal
T 052 246 11 11
www.form-und-farbe.ch

Breite Anwendung - gezielte Wirkung

Gezielte Anwendung - breite Wirkung

Praxis für Eurythmietherapie / Heileurythmie

Spitalstr. 90, Wetzikon

Krankenkassen anerkannt

Sabine Schaer

Heileurythmistin, Bewegungstherapeutin ED

Tel. 043 488 00 43,

schaer.sabine@bluewin.ch

www.heileurythmie-schaer.ch

SESAM NATURA
BIOFACHGESCHÄFT

Bio erhalten Sie überall!

Im Biofachgeschäft gibts mehr als nur Bio!

Unsere Öffnungszeiten:
Dienstag–Freitag 8:30–12:15, 14–18:30
Samstag 8:30–16:00 durchgehend

Bahnhofstrasse 99, 8620 Wetzikon
Tel. 044/930 28 72, Fax 044/930 00 90
1 Stunde gratis im Parkhaus parkieren
(Untergeschoss und Dachparkplatz)

5,5-Zi Dachmaisonette Loft Wohnung, 156 m²
in der ehemaligen Textilfabrik Luppmen, Hittnau

Verkauf / Information
Nils Soller 044 930 31 81
n.soller@ms-immotrade.ch

PRAXIS am BAHNHOF

365 Tage von 8 – 20 Uhr für Sie geöffnet!

Bei uns arbeiten **Fachärzte** aus den Bereichen:

- Allgemeinmedizin
- Dermatologie
- Gynäkologie
- Orthopädie
- Pädiatrie

Als **Notfallpraxis** helfen wir auch bei medizinischen Notfällen!

Dorfstrasse 43/44 | 8630 Rüti | ☎ 055 555 05 05 | www.praxisambahnhof.ch

Stephan Sierts
Naturnaher Gartenbau
[Der Garten ist die Seele des Hauses]

Rietli 1
8497 Fischenthal
Telefon 055 245 19 50
Mobile 079 602 30 17

Berücksichtigen Sie bei Ihren Einkäufen unsere Inserenten.

FREIRAUM

KÜCHENUMBAUTEN
von der Planung über die Herstellung
bis zur Montage aus unseren «vier Händen».

Sibylle und Peter Frei | 044 939 27 22 | www.freiraum-moebel.ch

Liste der Partnernetzwerk Geschäfte der Rudolf-Steiner-Schule Zürcher Oberland

Geschäft	Branche / Anmerkung	Adresse	Ort
déjà bu...	Weinhandlung	Bahnhofstrasse 12	Wetzikon
Bertschinger Innenausbau AG	Innenausbau	Bannholzstrasse 6	Bubikon
Drogerie Baumberger	Drogerie	Bahnhofstrasse 16	Bäretswil
Drogerie Teufer	Gesundheit & Schönheit	Turmstrasse 17	Pfäffikon ZH
Ehry Textilpflege AG	Chlorfreie Reinigung, Annahmestelle Drogerie Baumberger	Bahnhofstrasse 16	Bäretswil
Ehry Textilpflege AG	Chlorfreie Reinigung, Annahmestelle Fadezeinli	Heinrich Gujerstrasse 3	Bauma
Ehry Textilpflege AG	Chlorfreie Reinigung, Annahmestelle Drogerie Trümpy	Dorfstrasse 42	Bauma
Ehry Textilpflege AG	Chlorfreie Reinigung, ohne Fremdleistungen	Sennhüttenweg 4	Fehraltorf
Ehry Textilpflege AG	Chlorfreie Reinigung, Annahmestelle Drogerie Trümpy	Laufenbachstrasse 12	Gossau
Ehry Textilpflege AG	Chlorfreie Reinigung, Annahmestelle Apotheke Greifensee	Burstwiesenstrasse 1	Greifensee
Ehry Textilpflege AG	Chlorfreie Reinigung, ohne Fremdleistungen	Studbachstrasse 9	Hinwil
Ehry Textilpflege AG	Chlorfreie Reinigung, Annahmestelle Sundry Shop	Kugelgasse 1 / Seestrasse	Männedorf
Ehry Textilpflege AG	Chlorfreie Reinigung, Annahmestelle Herrenbekleidung Roos	Freiestrasse 4	Uster
Ehry Textilpflege AG	Chlorfreie Reinigung, Annahmestelle Hiltebrand Bettwaren	Schlipfstrasse 1	Wald
Ernst Meier AG	Garten Center Meier (nur Verkauf im Garten-Center, keine Gartenarbeiten)	Kreuzstrasse 2	Dürnten
Farbhuus	Biofarben, Livos Produkte	Rapperswilerstrassse 1	Rüti
Form und Farbe	Malerarbeiten mit Naturfarben	Spinnereiweg 4	Ottikon b. Kemptthal
Kornladen Kempten	Biologishe Lebensmittel, Reform, Bücher	Bahnhofstrasse 294	Wetzikon
Metzgerei Gebrüder Weber AG	Metzgerei, Biofleisch, Partyservice	Usterstrasse 30	Wetzikon
Naturbett-Center	Massivholz-Möbel, Biobettwaren für Kinder und Erwachsene	Buechstrasse 2	Jona
Naturnaher Gartenbau Sierts	Gartenbau	Im Riedtli	Fischental
Pneuhaus Rütihof AG	Reifen und Autoservice	Unterwiesstrasse 3	Rüti
Praxis für Physiotherapie und Shiatsu Irene Keller	Therapie	Adetswilerstrasse 3A	Bäretswil
St. Peter Apotheke	Komplementärmedizin – die Stärke der St. Peter Apotheke	St. Petersstrasse 16	Zürich
Steiner-Beck AG	Bäckerei-Conditorei	Motorenstrasse 2	Wetzikon
Steiner-Beck AG	Bäckerei-Conditorei	Rapperswilerstrasse 6	Wetzikon
Teuferskulinaria	Bioladen und Reformhaus	Seestrasse 2	Pfäffikon ZH
Tösstal-Apotheke, Jörg Trümpi AG	Drogerie, Reform, Kosmetik	Dorfstrasse 42	Bauma
Veloplus	Velo- und Bikezubehör	Rapperswilerstrasse 22	Wetzikon

Sie unterstützen die Schule, wenn Sie diese Geschäfte bei Ihrem Einkauf berücksichtigen, die Belege sammeln und dem Partnernetzwerk periodisch zustellen. Die Geschäfte vergüten einen Prozentsatz der Einkaufsbeträge an die Schule.

Team Partnernetzwerk: Stefan Wunderlich / Lea Keller / Natascha Lechner / Ivan Ruiz Gallego / Ralf Schneider

Kontakt: partnernetzwerk@rsszo.ch

buk

Buch + Kultur

Buchhandlung und Galerie
Verena Schlumpf
Usterstrasse 95 - Wetzikon
7 Min zu Fuss von der RSSZO
044 932 72 73
info@buchundkultur.ch
www.buchundkultur.ch

Kinder- und Jugendbücher
Literatur
Pädagogik
Anthroposophie
und viele andere Perlen

Ich bestelle gerne jedes Buch!

Mo	geschlossen
Di	9 – 12 / 14 – 18.30
Mi	9 – 12 / 14 – 18.30
Do	9 – 15
Fr	9 – 12 / 14 – 18.30
Sa	9 – 16

Cranio Sacral Therapie

Babies Kinder Erwachsene

Sumitra Claudia Burri
Gstalderstrasse 17
8607 Aathal-Seegräben
Tel. 076 282 80 44
www.sumitra-healing.com

BS//STROHMEIER AG

Dach Wand Spengler Solar Energie

8620 Wetzikon 8340 Hinwil Telefon 044 970 38 00

www.strohmeier-ag.ch

Halbtages-Spielgruppe
Sunneschy
Wetzikon

an der Rudolf Steiner Schule Zürcher Oberland

Spielgruppe
Montag bis Donnerstag
von 8.00 – 12.00 Uhr
für Kinder (ca. 2.5 bis 5 Jahre)

Eltern-Kind-Treff
Freitag von 9.30 – 11.30 Uhr
für Eltern mit Kleinkindern (0 bis 3 Jahre)

Auskunft und Anmeldung
Tanja Henschel
Telefon: 055 260 15 67
www.sgsunneschy.ch

ART GARTEN GmbH

Mit Leib und Seele

PLANUNG
BAU
PFLEGE
STEIN
WASSER

DESIGN & PRINT

FLYER | PLAKATE | PROSPEKTE | WEBDESIGN

alinéa
gestaltung | realisation

Alinéa AG
Eichbüelstrasse 27
8618 Oetwil am See

Telefon 044 932 75 79

www.alinea.ch
info@alinea.ch

MARTIN BOOS
Mediator und Konfliktberater

Mediation und Konfliktlösung

Als Mediator vermittle ich zwischen Konfliktparteien - klar, engagiert und mit Augenmass. Um so früher Sie professionelle Unterstützung holen, desto einfacher wird es, wieder Wege miteinander gehen zu können.

In der Mediation schaffe ich einen sicheren Rahmen, in dem die verschiedenen Parteien ihre Sichtweise, ihre Erwartungen und Bedürfnisse einbringen können. Mein Ziel ist es, eine für alle Involvierten gute Lösung zu finden, eine win-win-Situation.

Ich habe einen Raum in Zürich im St. Peter Therapeutikum des Trägervereins des Paracelsusspitales Richterswil, immer Dienstag Nachmittag oder komme direkt zu Ihnen nach Vereinbarung.

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.martin-boos.ch
Telefon: 076 650 84 14

Schlafen sie schon wollig?

Schafwollduvet

Die gesunde Alternative zu Daunen und Kunstfasern
Nähen Sie sich Ihr eigenes Woll-Duvet, die Kosten günstigste Variante, sich diese hohe Schlafqualität zu ermöglichen.

Duvet-Nähkurs
Duvets, Kissen und Matratzenauflagen herstellen mit inländischer Schafwolle nach Standardmassen oder nach individuellen Wünschen – ein Schritt in Richtung „Wollbefinden"!

Nächste Kurse:
Samstag, 24.11.2018, 08.30 – 16.00
(Anmeldung bis 03.11.2018)
Samstag, 26.01.2019, 08.30 – 16.00
(Anmeldung bis 05.01.2019)

Mehr Informationen und Kursprogramm bmwe.ch
Kleidernähen, Stricken, Schafwoll-Duvet u. Kissen nähen
Kursort: Schulhaus Pfaffberg,
8330 Pfäffikon/ZH
Brigitte Meili, 079 271 14 60

Seelsang für Familien

gemeinsam singen wir
Herzens- und Kraftlieder
von hier und dort

Samstag, 25.8./22.9./
27.10./ 24.11./22.12.
von 10-11Uhr
im Atelier am Fluss,
Dorfstrasse 13 in Rüti ZH
www.seelsang.ch

Säni Widmer

Tel. 044 950 22 33
Mobil 079 631 29 67
www.saemi-widmer-maler.ch

Naturbett-Center Jona

Bettsystem RELAX 2000

Gesünderer Schlaf im Arvenbett

Die ätherischen Öle riechen nicht nur gut, sondern wirken auch beruhigend. In einer wissenschaftlichen Studie wurde der Effekt von Zirbe/Arve auf die Belastungs- und Erholungsfähigkeit getestet. Die positiven Auswirkungen von Arvenschlafzimmern sind beeindruckend: Eine niedrigere Herzfrequenzrate bei körperlichen und mentalen Belastungen, eine Beschleunigung des vegetativen Erholungsprozesses in Ruhephasen und weniger Wetterfühligkeit. Und auch die Schlafqualität ist mit naturbelassener Arve deutlich höher: Besser erholt, spart sich der Körper im Idealfall pro Tag zirka 3500 Herzschläge oder eine Stunde Herzarbeit.

RELAX natürlich schlafen

Josef Dobler: «Mit Relax haben wir ein Produkt, das ganz unserer Firmenphilosophie entspricht, verwendet das Unternehmen doch für seine Bettsysteme wie wir ausschliesslich natürliche Werkstoffe aus nachhaltiger Produktion. Es ist vollkommen metallfrei, das verwendete Holz unbehandelt. Das einzigartige Schlafsystem wird wahlweise mit Buchen- oder Zirbenholztellern gefertigt.»

Kernstück des RELAX 2000 ist das innovative «Tellersystem» mit seinen einzigartigen 45 dreidimensional gelagerten Spezialfederkörpern, von de-nen sich jeder einzelne perfekt der Schlafposition, den Bewegungen und der Körperform anpasst und zus. verstellen lässt. So wird die Wirbelsäule perfekt entlastet, auch Schulter-, Nacken- und Beckenbereich sowie die Bandscheiben können sich entspannen. Zigtausende begeisterte Benutzer dieses Bettsystems haben so ihre Schlaf- und damit auch ihre Lebensqualität massgeblich gesteigert.

Mit den RELAX Schlafsystemen bildet die Wirbelsäule eine Gerade, die Bandscheiben können sich wieder optimal mit Flüssigkeit füllen.

Die ebenfalls von RELAX entwickelte punktelastische Naturlatex-Matratze optimiert den gesunden, erholsamen Schlaf zusätzlich.
Mit einem Massivholz-Bettgestell – natürlich ebenfalls metallfrei – in verschiedenen Holzarten und attraktiven Design-Varianten wird die Oase des gesunden Schlafs komplett. Dazu finden Sie im Naturbett-Center auch Nachttische, Kommoden und Schränke, selbst Schlafzimmerwände aus naturbelassener Arve werden hergestellt.

GESUNDES WOHNEN

www.Naturbett-Center.ch

Naturbett-Center und Möbelschreinerei Josef Dobler

8645 Jona
Buechstr. 2
055/ 212 20 27

Regula Senn

APM-Therapeutin

Ausgleich - Hilfreich bei zahlreichen Beschwerden - für Erwachsene und Kinder. Mit der Akupunktmassage behandle ich das Meridiansystem und richte Ihr Becken, Wirbelsäule und alle Gelenke.

Für mehr Infos kontaktieren Sie meine Homepage.

076/318 49 18

www.regula-senn.ch
praxis@regula-senn.ch

AKERET DRUCK AG

8600 Dübendorf | 044 801 80 10 | www.akeret-ag.ch

INDIVIDUELL UND SCHNELL

Wir drucken...

- Briefblätter
- Couverts
- Visitenkarten
- Trauerzirkulare
- Hochzeitskarten
- Geburtsanzeigen
- Flyer/Flugblätter
- Vereinshefte
- Broschüren
- Prospekte
- Klebeetiketten
- Geschäftsberichte
- Garnituren
- Schreibblöcke
- Servicehefte

p·sulser

architektur
baubiologie
schallschutz

P. Sulser GmbH
Im Tobel 5
8340 Hadlikon-Hinwil
Tel. 044 977 29 89
www.psulser.ch

Willkommen
bei der Zürcher
Kantonalbank.

www.zkb.ch

Die nahe Bank Zürcher Kantonalbank

ART GARTEN GmbH

Raphael Elmer
079 798 10 64
r.elmer@artgarten.ch

Mit Leib und Seele

ArtGarten Swiss GmbH
Asylstrasse 21
8620 Wetzikon ZH
www.artgarten.ch

Für mehr Durchblick.
züriost
Immer da. Immer nah.
Dein regionales Newsportal

HOF WAGENBURG SEEGRÄBEN

Hofladen mit Bio- und Demeter Produkten

Öffnungszeiten:

Di bis Fr: 9-12 und 14-18.30 Uhr
Samstag: 9-16 Uhr

Verein Zürcher Eingliederung ✿ Tel. 044 932 26 37 ✿ hof-wagenburg.ch

naef natursauna

WELLNESS FÜR INDIVIDUALISTEN

8320 Fehraltorf, Telefon 044 955 23 18
www.naef-natursauna.ch

renata merz

Beratung, Coaching & Seminare

Psychologin SBAP,
dipl. Betriebs- und
Organisationspsychologin IAP

Kraft schöpfen und das eigene Potenzial entfalten

- **Einzel-Coaching (zu biografischen Fragen)**
- **Selbstmanagement für den Familienalltag**
- **Ressourcenorientiertes Selbstmanagement-Seminar**
- **Sich und sein Gegenüber besser verstehen, Workshop**

www.renata-merz.ch **Telefon 079 585 61 35**

rocket design

LEONARDO ANALYSEN

Dank unseren Leonardo Sattel-, Fuss- und Video-Analysen sind Sie ergonomisch optimal unterwegs.

VELOCLINIC SERVICES

Ob bei Reparatur, Reinigung oder Dämpferservice: Bei unseren Velomechanikern ist Ihr Velo in besten Händen.

TRAUMVELO BERATUNG

Laserbasierte Vermessung und kompetente Beratung: Finden Sie bei uns Ihr Traumvelo und das passende Zubehör.

VELOPLUS.CH

Über 40000 Velo-Produkte online verfügbar!

VELOWELTEN

8 x in der Schweiz – auch in Wetzikon an der Rapperswilerstr. 22

KORN LÄDEN KEMPTEN

Felix & Nica Geisser
Bahnhofstrasse 294
8623 Wetzikon-Kempten
Telefon 044 / 930 30 83
www.kornladen-kempten.ch

Hauslieferdienst im ganzen Zürcher Oberland!

Dr. Hauschka

«Der Mensch braucht zwei Schönheiten,
eine innere und eine äussere.»

Elisabeth Sigmund

100% zertifizierte Natur- und /oder Biokosmetik. Frei von chemisch-synthetischen Duft-, Farb- und Konservierungsstoffen, von Mineralölen, Parabenen, Silikonen sowie PEG.
dr.hauschka.com

Das Biofachgeschäft - seit über 30 Jahren