

WEITERBILDUNG

Europäischer Computer-Führerschein

TRIESEN – Der Europäische Computer-Führerschein ist ein in Europa standardisiertes Zertifikat über die Kenntnisse und Fertigkeiten der Computeranwender. Der Bewerber erwirbt eine Skills Card, auf der die absolvierten Teile der Computer-Führerscheinprüfung eingetragen werden. Geprüft werden sieben Module, ein theoretisches und sechs praktische. Die Prüfungen können in beliebiger Reihenfolge an unterschiedlichen Terminen abgelegt werden. Mit positivem Ablegen von allen sieben Prüfungen wird der in ganz Europa gültige Computer-Führerschein ausgestellt.

Der Kurs 454 beginnt am am Dienstag, 16. September 2003, 18 Uhr, insgesamt 29 Abende zu je 3 Stunden im Inform Colleg in Triesen.

Mit Voranmeldung. Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Telefon 232 48 22 oder per E-Mail: info@stein-egerta.li. (Eing.)

So macht Lernen Spass

ESCHEN – In diesem Workshop lernen Schüler Methoden kennen, die sie befähigen, ihre individuellen Lernprobleme zu lösen. Themenschwerpunkte sind: Herstellen von Konzentration und Aufmerksamkeit; lernen mit System; kurz- und langfristige Lernplanung; Motivation und Begeisterung für schulische Aufgaben; bessere Nutzung der eigenen Stärken und Fähigkeiten; multisensorisches Lernen – mit allen Sinnen wahrnehmen; Stress abbauen und vermeiden; optimale Prüfungsvorbereitung; Abbau von Nervosität und Erfolgsblockaden; Gleichgewicht zwischen linker und rechter Gehirnhälfte herstellen.

Der Kurs 165 beginnt am Mittwoch, 17. September 2003, 15.30 Uhr im Vereinshaus in Eschen. Insgesamt sechs Nachmittage, Leitung Elisabeth Gassner.

Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Telefon 232 48 22 oder per E-Mail: info@stein-egerta.li. (Eing.)

Einführung ins Tai Chi Chuan

SCHAAN – Tai Chi Chuan wird mit Erfolg auf Breitensportebene, vom Senioren- bis zum Leistungssport sowie im therapeutischen Bereich angewandt und ist für alle Generationen gleichermaßen geeignet. Die Bewegungsfolge, die vermittelt wird, ist die Kurzform aus dem Wu-Stil (Quintessenzform). Die Übungseinheiten werden ergänzt durch Meditation, spezielle Körper- und Atemübungen, Stretching.

Der Kurs 777 unter der Leitung von Rüdiger Breustedt beginnt am Donnerstag, 18. September um 20.15 Uhr im Haus Stein-Egerta in Schaan.

Anmeldung und Auskunft bei der Erwachsenenbildung Stein-Egerta in Schaan, Telefon 232 48 22 oder per E-Mail: info@stein-egerta.li. (Eing.)

Sprechen-zuhören-informieren

BALZERS – Ein praxisbezogenes Basisseminar für Lehrerinnen und Lehrer, vom 26. bis 28. September, unter der Leitung von Roswitha Müller, Kommunikationstrainerin EAK. Die Begegnungen in der Schule sind vielfältig und entsprechend anspruchsvoll. Sie fordern von allen Beteiligten Sensibilität und hohe kommunikative Fähigkeiten. Im Seminar haben LehrerInnen die Möglichkeit, praxisorientiert Gesprächs- und Unterrichtssituationen mit SchülerInnen, aber auch mit KollegInnen und Eltern aus unterschiedlichen Perspektiven zu beleuchten und zu erproben, um ihre Erfahrungen zu erweitern und die Kompetenz zu erhöhen. Ziele sind u.a.: sicher, kompetent und gewinnend auftreten, zielgruppengerecht sprechen, schwierigen Gesprächen sicher begegnen.

Anmeldungen und Detailinfos: Haus Gutenberg, Balzers, Telefon 388 11 33, Fax 388 11 35, www.haus-gutenberg.li.

Heilsame Stoffe nutzen

Kneipp-Vortrag über «Die Mineralstoffe nach Dr. Schüssler»

SCHAAN – Auf Einladung des Kneipp-Vereins Liechtenstein erläutert Richard Kellenberger, Heilpraktiker und Antlitzdiagnostiker aus Walzenhausen, in einem Vortrag die Wirkungsweise der Mineralstoffe nach Dr. Schüssler, die so genannten Schüsslersalze – anorganische Stoffe, die ganzheitlich wirkend die Heilkräfte fördern.

• Theres Matt

Mit Hilfe dieser biochemischen Mittel nach dem 1898 verstorbenen Arzt Wilhelm Heinrich Schüssler werden nicht Krankheitssymptome bekämpft, vielmehr Krankheit verursachende Mängel behoben. Die Schüsslersalze sind keine Mineralstoffe, wie sie in Heilerden, Basenmischungen und Nahrungsmitteln vorkommen. Das Besondere an ihnen ist, dass sie potenziert sind und dadurch im Organismus als mineralische Zellfunktionsmittel wirken. Sie verbessern auch die Aufnahmefähigkeit der entsprechenden Mineralstoffe aus den Lebensmitteln. So greift die Schüsslertherapie fundamental in Lebensbereiche ein, die in der modernen Ganzheitsmedizin von Wichtigkeit sind, wie etwa die Lösung von Blockaden, die Verbes-

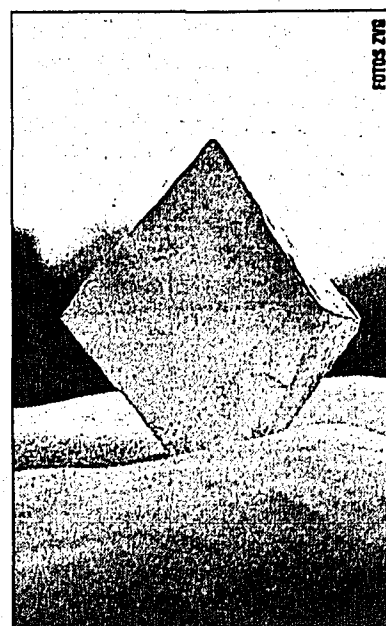


Die Mineralstoffe und deren Wirkung auf uns ist Thema eines Kneipp-Vortrages.

serung des Immunsystems, das Ansprechen auf Homöopathika, der Säure-Basen-Haushalt, der Zellstoffwechsel und Zellaufbau, insbesondere auch die psychische Befindlichkeit.

Antlitzdiagnostische Merkmale

Mangelhafte Ernährung und immer stärker werdende Umweltbelastung führen zu erhöhtem Bedarf an mineralischen Stoffen. In seinem



Buch «Mineralstoffe nach Dr. Schüssler – Ein Tor zu körperlicher und seelischer Gesundheit» gibt Kellenberger – über Symptomaufzählungen hinausgehend – neue und breite Informationen zur Pflege der Gesundheit und zur Vermeidung oder Behandlung von Krankheit. Auf Grund kritischer, jahrelanger Anwendung und selbst erarbeiteter Erkenntnisse zieht der anerkannte Therapeut verschiedenste

biologische Therapiemethoden in seinen Wirkungsbereich mit ein. So verbindet er die Antlitzdiagnostik – die Diagnose über den Form gewordenen äusseren Ausdruck des inneren Milieus – mit Erkenntnissen der Psychodynamik und bringt diese Verbindung in die Mineralstofftherapie ein. Er verweist auch darauf, dass die in seiner Buchausgabe beschriebenen Anwendungsgebiete und Wirkungsbereiche der einzelnen Mineralstoffe nicht dazu verleiten sollen, auf fachkundige Begleitung zu verzichten.

Zielsetzung des weitherum anerkannten Therapeuten ist es, den Körper so aufzubauen, dass es gar nicht zu einer Krankheit kommt. Neben der Wirkungsweise der «12 Lebenssalze» verweist er auf die Auswirkungen einer ausgewogenen Vollwerternährung, nimmt Bezug auf individuelle Verhaltensweisen, die Einstellung zum Leben, zu den Bedingungen der Umwelt.

Der Kneipp-Verein lädt zu diesem aufschlussreichen Vortrag von Richard Kellenberger über «Die Mineralstoffe nach Dr. Schüssler» im Schaaner Rathausaal am 24. September, 19.30 Uhr ein. Der erfahrene Heilpraktiker und Antlitzdiagnostiker beantwortet anschliessend Zuhörerfragen.

Sekundarschüler betreuen behinderte Kinder

Klassenlager der Sekundarschule Bonstetten mit Tagesschule Seidenbaum

WILDHAUS – Gut vorbereitet auf das einwöchige Klassenlager in Wildhaus begegneten einander behinderte Kinder und Sekundarschüler/-innen, lernten bei gemeinsamen Aktivitäten mit alltäglichen Herausforderungen umzugehen.

• Theres Matt

Begleitet von Erwachsenen übernahmen jeweils drei Sekundarschüler/-innen – in Arbeitssequenzen – die Verantwortung für ein behindertes Kind. Dies erforderte Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Toleranz. Die Behinderten lernten ihre Bedürfnisse zu formulieren, Hilfe anzunehmen, auch sich zu behaupten und abzugrenzen. Für alle Beteiligten eine Herausforderung. Interessant, wie sich die Sekundarschüler/-innen schriftlich dazu äusseren:

Dave: «Als ich am Anfang davon hörte, war ich nicht sehr begeistert. Doch im Lager hat sich herausgestellt, dass behinderte Kinder genau so lustig und witzig, wie andere Menschen sein können. Ich habe eine grosse Fülle von Eindrücken mitgenommen.»

Linda: «In dieser Woche habe ich sehr viel gelernt, ich wusste vorher nicht viel über behinderte Kinder.



Ich habe gelernt, dass man mit ihnen ganz normal umgehen kann.»

Dario: «Jeanine hatte Heimweh. Man musste sie ablenken und ständig mit ihr reden. Jeden Abend erzählten wir ihr eine Geschichte.»

Kevin: «Mit dem schwer behinderten Kind war es schwierig umzugehen, doch lernt man viel dabei. Es war eine sehr anstrengende, tolle Woche.»



«Ich habe vor dem Lager eigentlich gemeint, dass es schwerer ist, mit Behinderten umzugehen, als es war. Ich habe gelernt, dass man mit ihnen ganz normal wie mit kleinen Kindern umgehen kann», sagt Daniela.

Marian: «Die Begegnung mit den Behinderten empfand ich als spannend und lustig. Ich dachte, diese Kinder seien unselbständig, doch das war bei vielen nicht der Fall.»

Sarah: «Es war nicht ganz einfach, mit dem nicht stark behinderten Kind umzugehen. Es brauchte die ganze Aufmerksamkeit. Nur eine Sekunde allein gelassen, war es weg!»

Corina: «Das behinderte Kind war mir sofort sympathisch, nie hätte ich gedacht, dass es so sein würde. Es war anstrengend, sich jeden Tag eineinhalb Stunden intensiv mit ihm zu beschäftigen. Manchmal wurde es mir zu viel. Ich bewundere Menschen, die sich ihr ganzes Leben mit diesen Kindern beschäftigen!»

Debbi: «Es war eine harte Woche! Ich arbeitete mit einem klei-

nen Mädchen, einer aufgestellten Person. Zuerst wusste ich nicht genau, wie ich mit ihr spielen soll oder ob ich mit ihr schimpfen darf, wenn sie etwas falsch machte. Doch im Laufe der Woche habe ich sehr viel von ihr gelernt und hoffentlich auch sie von mir.»

Marc: «Es war eindrücklich zu sehen, wie die Kinder sich verhalten. Es war für mich eine neue und interessante Erfahrung, habe einiges gelernt.»

Lorena: «Das Lager brachte für mich eine ganz neue, lehrreiche und spannende Erfahrung. Die Kinder sind mir in der kurzen Zeit sehr ans Herz gewachsen.»

Daniela: «Ich habe vor dem Lager eigentlich gemeint, dass es schwerer ist, mit Behinderten umzugehen, als es war. Ich habe gelernt, dass man mit ihnen ganz nor-

mal wie mit kleinen Kindern umgehen kann.»

Tina: «Ich habe mir das Lager am Anfang ganz anders vorgestellt als es schlussendlich war. Es hat mir Spass gemacht.»

Mike: «Ich habe gelernt, wie man mit behinderten Kindern umgehen muss. Bei einigen Kindern braucht man sehr viel Nerven.»

Cedi: «Interessant, das erste Mal mit kleinen Behinderten in Kontakt zu kommen. Man konnte viel lernen, dennoch war es manchmal langweilig, weil sie lange brauchten zum Schuhe anziehen, essen, Zähne putzen. Das Ganze war sehr speziell.»

Carole: «Ich habe mich mit dem Mädchen, auf das ich aufpassen musste, gut verständigen können. Es hat oft geweint und es war schwer, sie wieder zum Lachen zu bringen. Sie redete nicht viel, man musste sie immer fragen. Trotzdem war es lustig, denn sie war aufgestellt, wenn sie mal nicht weinte.»

Regina: «Die sechs Kinder schloss man schon am ersten Abend in sein Herz. In dieser Woche hat man auch gemerkt, dass diese Kinder einem so viel geben können!»

Jessica: «Bei einigen Kindern hat man gar nicht bemerkt, dass sie behindert sind. Sie können genauso viel Spass haben wie andere Kinder und das ist doch schön so. Einige werde ich vermissen. Die haben mich wirklich aufgemuntert mit ihrer Lebenslust.»

Sarah: «Ich lernte beispielsweise, etwas so zu sagen, dass mich das Kind verstand, musste erfahren, dass wir um eine Gurke zu schälen eine Viertelstunde brauchten, nicht zwei Minuten.»

Cristina: «Es war eine schöne Zeit mit den Behinderten, doch wurde es mir mit der Zeit zu viel. Es gab gute, aber auch schlechtere Tage. Ich fand in dieser Zeit heraus, dass die behinderten Kinder gar nicht viel anders sind als wir.»