

SENIOREN CENTREN

Eurythmie in den Berliner Vitanas Senioren Centren Ein spezielles Angebot erfreut sich großer Beliebtheit

Bereits seit 15 Jahren gibt es innerhalb der Vitanas Gruppe das besondere Bewegungsangebot der Eurythmie. Vielen Menschen ist der Begriff „Eurythmie“ noch fremd. Das war für Vitanas Anlass genug, dieses spezielle Angebot der Öffentlichkeit vorzustellen.

Beim „Steglitz-Zehlendorfer Gesundheits- und Pflorgetag“ stellte Vitanas mit Bewohnern die Bewegungskunst Eurythmie vor. Ziel der Eurythmie für Senioren ist die Verbesserung der Ausdrucks- und Bewegungsmöglichkeiten. Es geht darum, Sprache und Musik mit dem ganzen Körper auszuführen. Eine Grundausbildung der von Dr. Rudolf Steiner (1861–1925) entwickelten Bewegungskunst dauert vier Jahre.

Finanzielle Unterstützung erhält das Eurythmie-Team vom Vitanas Freundeskreis. Um dieses Bewegungsangebot auf die besonderen Lebensumstände der Menschen im hohen Alter auszurichten und für diese spezielle Gruppe weiterzuentwickeln, treffen sich die Eurythmisten regelmäßig.



DIE BEWEGUNGSKUNST EURYTHMIE ERFREUT SICH GROSSER BELIEBTHEIT

Konstanze Gundudis (Dipl.-Eurythmistin) und Thilo Riebold (Dipl.-Eurythmist, Heileurythmist) arbeiten in den Senioren Centren Märkisches Viertel, Am Stadtpark, Kastanienhof und Am Schäfersee. Eva-Maria Quintin ist diplomierte Eurythmistin und als Be-

schäftigungstherapeutin Am Schäferberg angestellt.

Wer mehr über uns erfahren möchte, schreibe an das Eurythmisten-Team: gundudisberlin@yahoo.de

Das Vitanas Eurythmie-Team

Stimmungsbild von einer Eurythmiestunde:

... Dieses Gesicht ist mir bekannt, wie ist gleich ihr Name?

Mit einem Spruch beginnt sie und hat dabei die Hände zum Herzen geführt. Meine Mutter hat oft Gebete und Verse gesprochen.

Bei den rhythmischen Versen machen alle mit. Wir sitzen im Kreis und ich bewege meine Arme und Beine. Jetzt spricht sie ein Gedicht, das ich in der Schule gelernt habe.

Inzwischen haben wir uns Kugeln ausgesucht, manche haben einen leisen Ton.

Wir bewegen sie regelmäßig im Takt. Kaum zu fassen, ich kann das ganze Gedicht noch!

In einem hübschen Beutel sammelt sie die Kugeln wieder ein.

Sie wiederholt die langsamen Bewegungen und ich habe das Gefühl, als wenn meine Arme ganz leicht werden.

Blumen lassen wir wachsen, Flüsse fließen

und ich spaziere durch den Wald...

Langsam werde ich müde und bin froh, als sie eine Abschlussübung ankündigt.

Wir nehmen die Hände wieder zum Herzen und lassen das Erlebte nachklingen...

„Bis Mittwoch dann und alles Gute!“

Sie verabschiedet sich von jedem.

Wie war doch gleich ihr Name?



SPRACHE UND MUSIK WERDEN MIT DEM GANZEN KÖRPER AUSGEFÜHRT