

15 JAHRE RHYNERHUS

Inhalt

Editorial

Käthi Zindel

Tag der offenen Tür

Käthi Zindel

Entstehungsgeschichte

Daniel Zindel

Gemeinsamer Event: Schulheim-Beratungsstelle

Christian Mantel

Leitartikel

Sinnorientierte Erziehung Teil IV
Dorothee Mahr

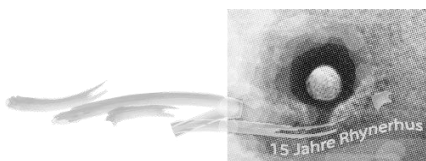
Mitarbeiter

Angela Schmidt stellt sich vor
Kontaktdaten

Termine 2011

Trägerkreis: 8. Januar 2011
Geburtstag: 25. Mai 2011

Impressum



Editorial:

Liebe Freunde und Bekannte der Beratungsstelle Rhynerhus

Eine besondere Zeit liegt hinter uns. Unsere Beratungsstelle feiert in diesem Jahr ihr 15-jähriges Bestehen. Daniel Zindel wird über die Entstehung berichten.

Zur Feier des Jahres konnte das Rhynerhus am 20. Mai in Zizers einen Erziehungsabend durchführen in Zusammenarbeit mit dem Frauenverein und dem Elternkreis Zizers. Christian Mantel referierte zum Thema „Raum geben und Grenzen setzen in der Erziehung, aber wie?“ Christian Mantel verstand es, die Erziehenden abzuholen und ihnen Mut zu machen. Der Einladung folgten viele Interessierte aus dem Dorf und der Umgebung. Beim anschliessenden Apéro wurden Kontakte geknüpft und rege diskutiert. Wir danken Beatrice Conrad für die gute Zusammenarbeit von Seiten des Elternkreises.

Am 11. Juni schliesslich luden wir Dorfbewohner, Freunde, Beratungsstellen, Pfarrämter, Kirchenvorstände sowie Fachstellen zu einem Apéro ins

Rhynerhus ein. Zur gleichen Zeit waren wir am Spielnachmittag im Schulheim Zizers präsent. Darüber wird Christian mehr erzählen.

Käthi Zindel



Tag der offenen Tür zum 15-jährigen Jubiläum

Die runden Tische vor dem Haus sind mit Blumen geschmückt, farbenfrohe Buchstaben über dem Haus mit der Aufschrift „15 Jahre Rhynerhus“ und Ballone heissen die Leute willkommen. Ein warmer Wind weht über das Churer Rheintal, doch im Rhynerhus ist es angenehm kühl. Emsige Hände haben ein wunderschönes Apérobuffet mit feinen Leckerbissen hingeza-

bert. Es ist kurz vor 14 Uhr, noch ist es still. Als Team genehmigen wir uns im Garten eine erfrischende Erdbeerbowle und fragen uns gespannt: „Werden Leute kommen?“ Und schon wenig später können wir die ersten Gäste begrüßen. Die Räume der Beratungsstelle werden besichtigt und als fröhlich und schön gelobt. In regen Gesprächen werden Fragen zur Beratungsstelle geklärt und Kontakte geknüpft. Daneben verwöhnen flinke Hände die zahlreichen Gäste. Bis am Abend haben über 60 Gäste Einblick in die Arbeit im Rhynerhus erhalten. Als Team sitzen wir noch zusammen vor dem Haus, ein etwas kühlerer W und die letzte Erdebeerbowle erfrischen uns. Wir werten den Tag kurz aus und sind dankbar für alles Gelingen. Im Nu ist alles wieder an seinem angestammten Platz und ein erfolgreicher Tag geht zu Ende.

Käthi Zindel



15 Jahre Hoffnungsort Rhynerhus

Sechs Dinge kommen mir spontan in den Sinn, wenn ich an die Entstehung und Entwicklung der Erziehungs- und Lebensberatungsstelle zurückdenke.

1. Vorbereitung im Gebet

Ich nenne sie heute die „Gründungsgruppe“, jene interessierten Frauen und Männer, welche die zukünftige Beratungsstelle auf dem Herzen trugen. Das Rhynerhus hat viele Väter und Mütter. Wir haben oft gebetet damals. Bis zum Start 1995 haben wir uns viel Zeit gelassen und um das Profil der Stelle gerungen. Ein Jahr vor dem Start der Beratungsstelle wurde das Konzept erstmals der Stiftungsleitung vorgestellt. Uns war von Anfang an klar, dass der Ansatz der Beratungsstelle aus der Kombination von christlicher Spiritualität und beraterischer/therapeutischer Professionalität bestehen soll. Das Projekt „Rhynerhus“ brauchte eine lange Vorbereitungszeit in einem Kreis von betenden Frauen und Männern, es entstand „im Verborgenen“, wo man scheinbar nichts tat und doch blieb nichts ungetan. Dass bis heute ein treuer Träger- und Gebetskreis hinter der Arbeit im Rhynerhus steht, erfüllt mich mit grosser Dankbarkeit.

2. Wenig Mittel

Die Stiftung stellte uns die Wohnung im Parterre des Rhynerhuses zur Verfügung. Die Mitarbeitenden der Beratungsstelle, welche alle nur stundenweise in der Beratungsstelle arbeiteten, stellten privat Mobiliar

und Bilder zur Verfügung. Der damalige Stiftungsschreiner richtete handwerklich das Nötigste her. Das Schmuckstück im Ganzen: Die Top-Kaffeemaschine, gespendet von den SPPs von der Goldküste. In der Startphase ging es mit viel Herz und leicht handgestrickt zu und her: Die Beratenden waren zugleich die Leitenden, viel Beratung geschah am Feierabend der Beratenden, die alle anderswo einen Beruf ausübten. Die Telefonanrufe der Hilfesuchenden wurden von der ZV entgegengenommen ...

3. Profilierung und Professionalisierung

Dass kurz nach der Gründung eine Psychotherapeutin ihre Praxis im Rhynerhus einrichtete und sich und ihre Kompetenz ins Team einbrachte, dass die Beratungsstelle immer bekannter und vernetzter wurde, dass dann einige Stellenprozente für die Leitung der Beratungsstelle geschaffen werden konnten und damit mehr Führung in die Stelle hineinkam, dass sich der Kanton (minimal) an den Kosten beteiligte, trug zur Profilierung und Professionalisierung der Stelle bei.

4. Das Rhynerhus bekam ein Baby, das sich prächtig entwickelt

Am Rhynerhus wurde das Elterncoaching entwickelt, das heute ein halbjähriges Coaching von Eltern zusammen mit lokalen Partnern anbietet. Es ist auch ein Ausbildungsprogramm für angehende Elterncoaches entstanden, das schon zum zweiten Mal durchgeführt wurde. Damit ist ein

grosser Multiplikationseffekt entstanden.

5. Entflechtung von Seelsorge und Beratung/Therapie?

Wenn ich richtig sehe, haben sich in den letzten Jahren Beratung/Therapie einerseits und Seelsorge andererseits eigenständig entwickelt und ausdifferenziert. Dabei wurde die Integration von Beratung/Therapie und Seelsorge, was am Anfang bewusst konzeptionell geplant war, tendenziell entflochten. Dass aber an der Beratungsstelle SeelsorgerInnen einerseits und BeraterInnen/TherapeutInnen andererseits unter einem Dach arbeiten, miteinander Inter- und Supervisionszeiten haben und damit jeweils ihre Professionalitäten stärken, finde ich einmalig. Es gibt auch für die Klientinnen und Klienten Wahlmöglichkeiten, die sehr zu begrüßen sind.

6. Dank

Ich danke allen Gründungsvätern und -müttern. Ich danke allen, die mit ihrem Gebet hinter dem Rhynerhus stehen. Ich danke allen, die als Beratende, Therapierende oder als SeelsorgerInnen im Rhynerhus mitgearbeitet haben oder mitarbeiten. Ich danke allen, die in irgendeiner Form operativ oder strategisch Leitungsverantwortung getragen haben. Ich danke allen Spenderinnen und Spendern. Vielleicht nicht gerade bis zum „Tag Jesu Christi“, aber für die nähere und fernere Zukunft soll für das Rhynerhus gelten: „Ich bin dessen gewiss, dass er, der das

gute Werk in euch angefangen hat, es bis zum Tag Christi Jesu auch vollendet haben wird“ (Philipp 1.6). Happy Birthday Rhynerhus!

Daniel Zindel,
Gesamtleiter Stiftung Gott hilft



Schulheimfest und Geburtstagsfest

Ein Teil unseres 15-jährigen Geburtstagsfestes war integriert in den Spielnachmittag des Schulheims in Zizers.

Wir haben uns als Beratungsstelle an ihrem Spielthema „Märchenland“ mit zwei Spielen aus dem Märchen „Froschkönig“ mitbeteiligt.

Spiele

Die beiden Spiele haben wir unter das Motto gestellt: Gemeinsam ist es nicht immer einfach, aber zusammen sind wir stark!

In Zweiertteams haben die Spielenden (Mutter-Kind / Kind-Kind) entweder Fische aus „dem Brunnen“ gefischt oder gemeinsam eine Zeichnung gemacht... dies unter erschwerten Bedingungen:

Dem Fischer wurden die Augen verbunden und sein Gegenüber musste den blinden Fischer mit Worten zu den Fischen oder den Goldbällen leiten. Die gefange-

nen Fische und Bälle wurden mit Süssigkeiten (Fröschen) belohnt.

*Den beiden Zeichnenden wurden die Unterarme zusammengebunden, damit war ein(e) Rechts- und ein(e) Linkshänder(in) an der Arbeit. Sie mussten **einen** fröhlichen Frosch abzeichnen, d,h, sie arbeiteten gleichzeitig am selben Werk.*



Anschliessend durften sie aus einer Sammlung von Mottos eines aussuchen und auf ihre gemeinsame Zeichnung kleben:

- Zusammen macht es Spass
- Gemeinsam zum Ziel
- Hindernisse gemeinsam überwinden
- Zusammen wachsen - zusammenwachsen
- Schwieriges gemeinsam meistern
- Zusammen schaffen wir's
- Guck mal, geschafft!
- Super Teamwork!
- Starkes Team!

Die Ernsthaftigkeit der Kinder und ihre kreativen Ansätze, wie sie diese Herausforderungen gemeinsam anpackten, war beeindruckend und hat so manches Schmunzeln auf die Gesichter von ZuschauerInnen gezaubert.

Bei schönstem Wetter und mit einem guten Gefühl im Bauch konnten wir nach 18.00 Uhr unseren Spielstand abräumen. Ein gelungener Nachmittag!

Christian Mantel



Sinnorientierte Erziehung

Schwerpunkt des vierten und letzten Teiles:

Lebensfreude und Lebenslust

Erinnern Sie sich? In der letzten Folge drehte sich alles um Arbeit als sinnvollen Wert. Und darum, dass Kinder nicht überwiegend gefördert (Frühchinesisch, Musikschule, Antiaggressionstraining etc.) sondern in erster Linie gefordert (Holz hacken, den Sonntagzopf backen, das Bad putzen helfen etc.) werden sollen. Auf diese Weise erleben sie Gemeinschaft, sie erleben, dass sie Notwendig sind (Not wenden können), dass sie etwas Sinnvolles tun und dass sie etwas im Alltag ihres kleinen Lebens bewirken können. Da Kinder beim Waschbecken putzen nicht unbedingt fröhlich vor sich hin singen, freue ich mich besonders, den heutigen Artikel dafür dem Thema Lebenslust und Lebensfreude zu widmen.

Briefwechsel zwischen Mama Katharina und ihrer auf Mallorca lebenden 67-jährigen Tante Irma:

Liebe Tante Irma

Wie schön wäre es, wenn wir zwei jetzt eine Tasse Kaffee zusammen trinken könnten! Aber nein, du musstest Deine rheumatischen Knochen ja nach Mallorca absetzen. Sonniger Ruhestand. Aaah, wie wunderbar!

Und ich? Ich sitze hier rum, freue mich an meiner Kinderschar (mal mehr, mal weniger) und muss meinen Kaffee alleine trinken. Jakob hängt mir am Bein und kräht ununterbrochen: „Maaaaami, mir ist langweilig. Was kann ich machen?“ Ich habe alles was ein Sechsjähriger nur

tun kann aufgezählt. Wirklich ALLES. Ich habe ihn vor sein Spielzeugregal gestellt und mit ihm etwas Spannendes raussuchen wollen. Er fand nichts spannend. Ganz die gute Mutter, habe ich mich sogar erbarmt und mit ihm angefangen Blumenzwiebeln einzupflanzen. Das fand er toll. Genau eine Blumenzwiebel lang. Dann ging das Gemaule wieder los. Wir waren beide in Gartenmontur, hatten alle Gerätschaften aus dem Keller geräumt und Jakob fand es

I-a-n-g-w-e-i-l-i-g... Möchtest Du ihn nochmals wiedersehen oder kann ich ihn verkaufen???

Und dann ist da noch die liebe Anna, mein herzlicher Teenie mit dem immer freundlichen Gesicht. Jedes Ämtli ist Grund genug für einen hysterischen Anfall. Und den von dir früher empfohlenen Waldspaziergang zur familiären Entspannung fand sie sowas von doof, dass ich schon dachte, ihre entgeisterten Gesichtszüge würde nicht einmal mehr ein Gesichtschirurg wieder in Ordnung bringen können.

Gestern habe ich meine Tochter übrigens allen Ernstes mit einem Sofakissen verwechselt. Sie hängt dort so viel bewegungslos rum, dass eine optische Verschmelzung mit dem Wohnzimmerinventar eigentlich nahe liegt. Dennoch erschrak ich ein wenig, als das „Sofakissen“ losquietschte, als ich es aufschütteln wollte.

Das gleiche Kind läuft allerdings zur Höchstform auf, wenn es darum geht, eine Kiste Apfelsaft und drei Tüten Megachips für den Teenieclub zu organisieren. Kein Weg zu lang, kein Berg zu hoch. Aber wehe, sie soll die Frühstücksmilch aus dem Keller holen... (meistens hole ich die Milch deshalb lieber selber).

Wenn ich so darüber nachdenke, dann spüre ich ein leichtes rheumatisches Ziehen in den Knochen. Und im Herzen so einen Anflug von Lebensfrust und Überdross. Hast Du ein Bett frei für mich auf Deiner Insel???

Deine Katharina

Liebe Nichte

Ich freue mich über Deinen Brief! Recht hast Du! So ein Mami-Alltag ist manchmal gar nicht so einfach. Ich kann mich noch gut erinnern: Manchmal hätte ich mich als junge Frau nach Mallorca absetzen wollen, so sehr hatte ich zwischendurch alles satt. Die Erkenntnis, dass unsere Lieben nicht immer so lieb sind, wie es uns doch eigentlich zustehen würde – das fand ich nicht so lustig. Und du gerade auch nicht. Aber sei getrost: Lebensfrust und Überdross sind zwei völlig normale, aber durchaus unangenehme Lebensgefährten. Noch dazu haben die beiden Diplomatentpässe – du brauchst dir also nicht einzubilden, dass du ohne sie in den Flieger nach Mallorca steigen könntest. Das einzige, was du gegen die beiden unternehmen kannst, ist, dich bewusst in Richtung Lebenslust und Lebensfreude auszustrecken. Ich sehe schon, wie du jetzt den Kopf schüttelst und denkst: „Na prima...“ Aber lass es uns einmal versuchen.

Deinem Junior ist also grausam langweilig. Das ist gar nicht angenehm für ihn (und für Dich als Mutter auch nicht - aber danach fragt ja blöderweise immer keiner, das Kind schon gar nicht). So denken wir schnell: Langeweile ist unser Feind, den es möglichst schnell zu besiegen gilt. Ich sehe das anders: Langeweile ist ein Tor zu Lebenslust und Lebensfreude. Lebenslust und Lebensfreude haben keinen Platz dort, wo Kinder dauernd konsumieren, berieselt oder bespielt werden. Echte Lebensfreude wächst aus dem Nichts, dem Nada, dem Nüt heraus. Da



wo KEIN Zeitdruck ist, KEIN Überangebot an Spielsachen, KEIN Du-musst-du-sollst-du-darfst-nicht. Da wächst Lebensfreude. Da, wo Kinder Zeit haben zum Staunen, zum neugierig sein auf das kleine Alltägliche. In einer Umgebung, welche die Sinne der Kinder natürlich anspricht (die Wärme der Sonne auf der Haut, das Zwitschern der Vögel im Ohr, der Geruch nasser Erde in der Nase), da entsteht Lebensfreude. Manchmal ist das erst mal langweilig. Da sitzt man dann und weiss nichts mit sich zu tun. Und man hofft, das Mama einen mit einer guten Spielidee rettet. Aber alles, was Mama vorschlägt, rettet eben trotzdem nicht. Weil sich die Seele nicht nach MEHR sehnt, sondern eigentlich nach WENIGER. Deshalb macht es Sinn, wenn Mama dann sagt:

„Ich weiss auch nicht, was du jetzt machen könntest. Lass uns einfach ein wenig hier sitzen und es gemeinsam aushalten. Das darf so sein. Es darf auch mal langweilig sein.“

Wenn man das eine Zeit lang erduldet, dann hat die Seele Zeit, ihren Weg zu finden zu dem hin, wozu sie jetzt wirklich parat ist. Am Ende dieses Weges stehen häufig ganz besonders schöne Spielmomente (so genannte Flow-Erlebnisse), in denen Kinder ganz vertieft und vergessen spielen und ihnen die Lebensfreude ins Gesicht geschrieben steht. **Manchmal (nicht immer) ist Langeweile ein Tor zur Lebensfreude.**

Und bevor du den kleinen Kerl tatsächlich verkaufst, hätte ich hier noch eine Idee für Euch.

Schlage ihm (dann, wenn ihm **nicht** langweilig ist) folgendes Experiment vor:

„Bei der nächsten Langeweile-attacke räumen wir gemeinsam Dein Zimmer aus und die Hälfte der Spielsachen macht Urlaub auf dem Dachboden. Dann gibt es wieder Platz und Übersicht und es wird weniger langweilig sein.“

Und dann schaut mal, was langfristig passiert. Manchmal ist weniger nämlich mehr. Das gilt übrigens auch für uns Erwachsenen. Wo ständig ein Handy klingelt, steigt die Telefonrechnung, aber nicht unbedingt die Lebensfreude. Jetzt wirst du sagen, bei dir sei es schliesslich nicht das Handy das dauernd klinge, sondern die Kinder - und die könne man ja nicht einfach abstellen.

Wie immer hast du Recht. Ich beziehe schon mal ein Bett hier für Dich.

Das andere Kind? Das griesgrämige Gesicht der Tochter beim Milchholen muss man als Eltern vermutlich ertragen – und die Tochter trotzdem weiter Milch holen schicken. Die Milch wird dabei ja nicht gleich sauer werden, nur man selbst mag das fast nicht mitansehen. Tipp: Ich schaue bei sowas gaaanz tieef in meine Kaffeetasse und denke mir: „Da Gott, schau dir das an, was dieses – dein und mein – Kind für ein Gesicht machen kann! Mit diesem Gesicht, Gott, ist es in erster Linie Deine Tochter. Ich nehme sie dann wieder, wenn mein Kaffee leer ist...“ Halte durch, bleib fest und denke daran: Du hast so ein Gesicht Deiner Mutter zugemutet, Deine Tochter mutet es Dir zu und – oh

welch schöne Gerechtigkeit – eines fernen Tages wird vermutlich auch deine Tochter in das kleine unwillige Gesicht ihres Kindes blicken dürfen und es aushalten lernen.

Ja, das muss man manchmal erst lernen, das mit dem Aushalten. Die meisten von uns können das nicht von Anfang an: Dem Gegenüber ein eigenes Gefühlsleben zuzugestehen, zu dem Lebensfreude und Lebensfrust gleichermaßen dazugehören dürfen. Zu wissen, dass wir dabei nicht für alle Gefühlsstürme und deren Beseitigung verantwortlich sind. Aber es würde uns natürlich viel besser gehen, wenn das Teenagermädchen **fröhlich** mit auf die Familienwanderung gehen würde. Wir tun alles Mögliche, damit ein Lächeln auf ihr Gesicht kommt, erst dann können wir den Tag geniessen. Das ist normal, lohnt sich aber zu überdenken. Denn: Wir können den Wetterbericht machen, aber nicht das Wetter. Wir sind auch nicht der Spiegel unserer Kinder, sondern dürfen unser eigenes Gefühlsleben haben. Ich darf mich also an der Wanderung freuen, auch wenn sich das Kind gerade nicht daran freut. **Das ist übrigens die grosse Chance für uns Eltern: Zu lernen, dass wir (meistens) nicht für die Gefühlsstürme unserer Teenies verantwortlich sind - und unabhängig von der Gefühlslage unserer Kinder eigene Freude empfinden dürfen.** Pflück Dir ein paar schöne Blumen, trink eine Tasse Kaffee, ruf Deine beste Freundin an und genieße ein kleines Stück vom Alltagsglück. Es muss nicht immer alles bestens und harmonisch sein, Lebensfreude ist

auch in homöopathischen Dosen erhältlich!

Was ich toll finde, ist der Festplattenwechsel, den Deine Tochter vollzieht, wenn es um Dinge geht, die ihr gefallen! Für mich heisst das: Sie kann sich engagieren, sie kann sich auf etwas einlassen, sie fühlt sich von Dingen dieser Welt angesprochen und motiviert. Das alles sind gute und wichtige Fähigkeiten, an denen Du Dich als Mutter auch ausgiebig freuen darfst. Du kannst Dir auf die Schulter klopfen und sagen: „Mama von Teenie, das hast du gut hingekriegt!“

Jaja, ich weiss was jetzt kommt: „Aber bei WAS die sich engagiert! Chips und Apfelsaft, das funktioniert. Aber was ist mit Mathe? Mit der Frühstücksmilch? Mit all den wichtigen Dingen im Leben?“

Das ist eine gute Frage. Die Antwort darauf, kann sie sich sicher bei Dir anschauen. Vielleicht kannst du ja im Gegenzug sogar noch ein bisschen was in Sachen Lebenslust bei ihr anschauen? Dein Lebensmotto ist Brokkoli: gesund, vitaminreich, vernünftig. Ihres ist Pommes Chips (da müsste man schon den Plastiksack aufessen, um ein Vitaminchen abzubekommen). Nichts gegen Brokkoli, aber das Leben besteht nicht nur daraus (auch nicht nur aus Pommes Chips, ich weiss). In Sachen Lebenslust gilt deshalb eines: Lieber einen Sack Pommes Chips zu zweit, als ein Stengelchen Brokkoli allein!

Was heisst das alles nun für Dich und Deine Tochter? Kurz gesagt:

- Besteh darauf, dass sie in Ma-

the dran bleibt und die Milch holt (das ist der Brokkoli).

- Freu Dich an ihrem Engagement für den Teenieclub – auch wenn es „nur“ aus Esswaren organisieren und rumhängen besteht (das sind ihre Pommes Chips).
- Such Dir auch ein paar nicht zweckgerichtete Dinge in DEINEM Leben (ein „unnützes“ Hobby, die Nachmittagsstunde auf dem Sofa etc.)
- Macht als Familie öfter mal etwas, das in die Kategorie „Pommes Chips“ fällt: einen Tag nichts tun, einen Tag Ski fahren oder auch gemeinsam herausfinden, wie Popcorn entsteht und wie viel Popcorn in ein Kind hinein passt. Kurz: Was immer euch gut tut und Lust und Freude in den Alltag bringt.

Während Du diese Zeilen liest, hat Dein Sechsjähriger vielleicht gerade hingebungsvoll die Tischdecke gelocht. Au weia! Zum Glück ist es nicht meine, und als kleinen Trost kann ich dir sagen:

Unfugbereitschaft von Kindern ist meist nicht böseartig oder frech, sondern ein Zeichen von Lebensfreude und Unbeschwertheit. Beides sind Gaben, die Gott unseren Kindern geschenkt hat. Nicht, damit wir Eltern etwas zu tun haben, sondern damit wir uns daran freuen dürfen. Geniesse die Unbeschwertheit der Kinder, lass Dich von ihr anstecken, loche mal wieder eine Tischdecke. Das Leben ist schön!

Sonnige, warme und herzliche Grüsse!

Deine lebenslustigen Tante Irma



Unsere neue Mitarbeiterin stellt sich vor

Angela Schmidt | frischgebackene Psychologin | 24-jährig | seit 4 Jahren verheiratet | mit einem guten



Draht zu Kindern und Jugendlichen | Entwicklungspsychologie als Spezialgebiet | im Rhynerhus tätig seit Februar 2010 | bietet Beratungen vorwiegend für Jugendliche/junge Erwachsene an.

Was sie mag...

...Herausforderungen, die sie weiter bringen | tiefgehende Gespräche und Diskussionen | zuhören | beobachten | sich ins Reich Gottes sowie in Menschen investieren | von einem kompetenten Arbeitsteam profitieren | gute Gesellschaft | Zeit mit Freunden verbringen | die systemische Herangehensweise in Gesprächen, Beratungen | Bewegung – sei es tänzerischer oder sportlicher Art | Ordnung (ein Hauptgrund dafür, dass ihr Ehemann nur noch „gemässiger“ Chaos ist!) | lesen | choreografieren | singen | Müesli, wovon sie täglich mindestens eine Schüssel verdrückt | Musik jeglicher Art | dekorieren – Kerzen und Lichter haben es ihr beson-

ders angetan | genügend Schlaf | Camps organisieren und durchführen | Frühlingswetter | Deutscher Fussball! | unterwegs sein | Herbstwetter | mit kreativen Leuten über möglichen Projekten tüfteln | sich verwöhnen | to-do-Listen schreiben.

Was sie nicht mag...

...Staub | abstauben | grosse, schwarze, langbeinige, sich extrem-schnell-fortbewegende Spinnen | Sonnenbrand | wenn die Zeit rast und sie es vor lauter „beschäftigt sein“ nicht mitbekommt | Tage, an denen nichts so klappen will, wie sie es gerne hätte | wenn sie ihren Mann über längere Zeit nicht zu Gesicht bekommt | einen leeren Kühlschrank | Müdigkeit | eine nicht-enden-wollende to-do-Liste | Ungereimtheiten im Budgetplan | Unentschlossenheit vor dem Kleiderschrank | Blasen an den Füßen | wenn nichts mehr von ihrem Lieblingsmüesli übrig ist | Langeweile | frieren | lange Wartezeiten | all Halbjahr mit dem Auto in die Garage gehen zu müssen, weil wieder irgendetwas defekt ist | Terminkollisionen.



Herzlichen Dank für alle Unterstützung

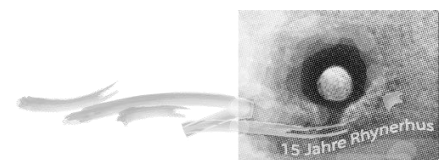
Das Rhynerhusteam

Käthi Zindel
Daniel Zindel
Dorothee Mahr
Ann Zindel
Laurel Gutmann
Werner Gutmann
Angela Schmidt
Corinna Köhre
Christian Mantel

Kontakt Daten

Angela Schmidt
Beratungen im Rhynerhus
Tel. 081 307 38 06
Daneben 80%-Stelle in der Jugendstation ALLTAG

Beratungen mit Jugendlichen/jungen Erwachsenen



Impressum Rhynerhus 1/10

Mitteilungsblatt der Erziehungs- und Lebensberatungsstelle der Stiftung Gott hilft, 7205 Zizers
Redaktion: Käthi Zindel-Weber
Gestaltung: Christian Mantel
rhynerhus@gotthilft.ch
www.rhynerhus.ch
Anmeldung: 081 307 38 06
PC- Konto 70-8737-8

