



Rückblick - Projekt in den Aktiv Treffs 2024

Fachleute zeigen, wie es geht

Singen, Reime und Fingerverse

In den wöchentlich stattfindenden Aktiv Treffs werden während 3 Stunden die sensomotorischen Fähigkeiten mit ergotherapeutischen Massnahmen spielerisch trainiert. Durch handwerkliche und gestalterische Tätigkeiten schulen die Teilnehmenden ihre Handfertigkeiten und ihr Gedächtnis. Soziale Kontakte werden geknüpft und sind für alle wichtig.

Das Projekt 'Fachleute zeigen, wie es geht' wurde im 2017 lanciert, damit die regelmässigen Aktiv Treffs vielfältig und abwechslungsreich bleiben und die Teilnehmenden weiterhin motiviert sind, an ihrer eigenen Entwicklung dran zu bleiben. Die unterschiedlichen Projekte, die von Fachleuten begleitet werden, fördern zum Teil noch nicht entdeckte Fähigkeiten ans Licht, da Neues ausprobiert wird. Die Erfolge stärken das Selbstvertrauen, so dass der Alltag mit einer grösseren Selbstsicherheit und dadurch auch eigenständiger gestaltet werden kann.

Im zweiten Halbjahr besuchte Anna-Katharina Rickert, Schauspielerin und Kabarettistin, die Gruppen. Nach einer kurzen Begrüssung und Erklärung, weshalb ihre Eltern ihren Namen auf Aki kürzten, gings schon los. Teilnehmende hörten ein von ihr vorgetragenes Lied, diskutierten, wer es wohl kennt. Alle sangen mit, zum Teil mit Hilfe des Textes, zum Teil auswendig. Wer kennt «Azelle, Bölle schelle»? erinnert sich jemand an Sprüche und Reime aus der Kindheit? Was liegt da auf der Mauer, auf der Lauer? Jetzt singen wir «Bruder Jakob» als Kanon. Singen wir auch ein Lied von Udo Jürgens?

Die Teilnehmenden haben interessiert mitgemacht, gesungen, Reime abgezählt und viel gelacht. Aki hat es verstanden, allen Zeit zu geben, in den eigenen Erinnerungen zu suchen, diese mitzuteilen und zu schwelgen.

Vielen Dank, liebe Aki, für die ideenreichen, unterhaltsamen und lustvollen Stunden.

Auswahl von Abzählreimen, Fingerversen und Liedern

Azelle, Bölle schelle
Es war einmal ein Mann
Das isch de Dume
Dä gaht uf Afrika
Dä sitzt still und froh am Tisch
Auf der Mauer
Foif Säuli chömed z laufe
Rite rite Rössli
Tirlitänzli, Chatzeschwänzli
Roti Rösli im Garte

Chum mir wänd go Chriesi gwünne
De Töff vom Polizischt
Alle Vögel sind schon da
Du fragsch mi, wär i bi
Bruder Jakob
Da höch uf de Alpe
Deet äne am Bergli
Ein Männlein steht im Walde
Luegit vo Berge und Tal
Der Mond ist aufgegangen



Singen in Gemeinschaft schüttet Glückshormone aus, fördert Kreativität und Konzentrationsfähigkeit. Sprachgefühl und Wortschatz werden nebenbei trainiert. Singen senkt den Cortisolspiegel und baut Stress, Anspannung und Angst ab. Singen lässt uns einander verbunden fühlen, es verbessert unsere Stimmung und hilft unserem Lang- und Kurzzeitgedächtnis. Für viele von uns spielt Singen von Geburt an eine wichtige Rolle.

Reime unterstützen das bewusste Sprechen und sind damit ein großartiges Training für die Aussprache. Denn beim Reimen kommt es auf den Klang an und damit der Reim deutlich wird, muss er exakt gesprochen werden. Ebenfalls wird das Zusammenspiel der beiden Gehirnhälften angeregt.

Durch Reime und Fingerverse werden sprachliche und motorische Fähigkeiten gefördert. Das Besondere an Fingerspielen ist, dass sie Sprache und Bewegung vernetzen. Wir hören den Sprachrhythmus der Verse, prägen uns die Bewegungen ein und versuchen, sie nachzuahmen. Dies alles kommt unserem Sprachsinn, dem Wortschatz und der Feinmotorik zugute.

Besuch	Anna-Katharina Rickert, Schauspielerin, Regisseurin und Kabarettistin, www.schoenundgut.ch
Dauer	ca. 1 Stunde während der Zeit des Aktiv Treffs
Kosten	werden von FRAGILE Zürich übernommen





FRAGILE ZÜRICH

Für Menschen mit Hirnverletzung
und ihre Angehörigen

Termine in den Aktiv Treffs:

Aktiv Treff Montag in Winterthur

Leiterin Andrea Beutler
Ort Quartiertreff Wildbach, Wildbachstrasse 18,
8400 Winterthur
Montag 9. Dezember 2024
Uhrzeit 14:00 – 15:00 Uhr

Aktiv Treff Dienstag in Zürich

Leiterin Andrea Violi
Ort Gemeinschaftszentrum Schindlergut, Raum EG,
Kronenstrasse 12, 8006 Zürich
Dienstag 26. November 2024
Uhrzeit 13:15 – 14:15 Uhr

Aktiv Treff Donnerstag in Zürich

Leiterin Amanda Ferrari
Ort Gemeinschaftszentrum Oerlikon, Raum UG,
Gubelstrasse 10, 8050 Zürich
Donnerstag 14. November 2024
Uhrzeit 10:15 – 11:15 Uhr

Aktiv Treff Freitag in Zürich

Leiterin Marietta Rohrbach
Ort Gemeinschaftszentrum Schindlergut, Raum EG,
Kronenstrasse 12, 8006 Zürich
Freitag 22. November 2024
Uhrzeit 13:15 – 14:15 Uhr



FRAGILE ZÜRICH

Für Menschen mit Hirnverletzung
und ihre Angehörigen





FRAGILE ZÜRICH

Für Menschen mit Hirnverletzung
und ihre Angehörigen





Vielen Dank an Anna-Katharina Rickert für

- ihre Offenheit einem solchen Projekt gegenüber
- den interessierten und bedachten Umgang mit allen Anwesenden
- die fröhliche und sehr engagierte, positive Art der Begleitung
- und die vielen Reime, Lieder, Verse, die sie heraussuchte und so schöne Erinnerungen heraufbeschwor

Ganz herzlichen Dank

- allen Teilnehmenden für ihr Interesse, ihre Neugierde, ihre Offenheit, ihr Mitmachen, ihr Erinnern und auch das Teilen der Erinnerung.

Vielen Dank auch an alle Aktiv Treff Leiterinnen und Freiwillig Mitarbeitenden für

- ihre Freude und Begleitung während des Projekts

Ein ganz herzliches Dankeschön geht an

- alle Mitglieder, Spenderinnen und Spendern wie auch Stiftungen. Dank den bezahlten Mitgliederbeiträgen, den Spenden und den Geldern von Stiftungen sind wir in der Lage, die Aktiv Treffs anzubieten und solch abwechslungsreiche Projekte durchzuführen.

DANKE!