



Kinaesthetics

Wirkungsfeld
Kinaesthetics-Projekte
Neue Länder

konkret 2021

Menschen



Die Auflistung der Menschen, die zum Gelingen unserer Arbeit beitragen, ist nicht vollständig. Deshalb an alle Personen und Organisationen, die durch Arbeit, Spenden und ideelle Unterstützung unsere Arbeit ermöglichen:

Vielen herzlichen Dank!

Impressum

Kinaesthetics-Projekte neue Länder konkret
Ausgabe 2021

AutorInnen
Korrektorat/Lektorat
Layout
Herausgeber

Ute Kirov, Stefan Knobel
Regula Knobel
Rebekka Knobel
stiftung lebensqualität • nordring 20 • ch-8854 siebnen
+41 55 450 25 10 • stiftung.ch@pro-lq.net • www.stiftung-lq.com

2020 – ein besonderes Jahr

Liebe LeserInnen des «konkret 2021»

2020 war auch für das Wirkungsfeld «Kinaesthetics Projekte neue Länder» ein besonderes Jahr. Lockdown, Reisebeschränkungen, Konzentration der Gesundheitsinstitutionen auf die Pandemiebewältigung haben die Kinaesthetics-Entwicklungsprojekte in den verschiedenen Ländern gestoppt und verzögert.

Soforthilfe. Anfangs der Pandemie hat uns ein Hilferuf aus Rumänien erreicht. Das Personal der häuslichen Pflege der Caritas Alba Iulia war vom weltweiten Mangel an Mund-Nase-Masken besonders betroffen. Die *stiftung lebensqualität* konnte sofort reagieren und die Pflegenden mit waschbaren, zertifizierten Atemschutz-Masken im Wert von CHF 34'000 beliefern. Das Wirkungsfeld «Kinaesthetics-Projekte Neue Länder» hat sich mit einem Betrag von CHF 3'000 an dieser Aktion beteiligt.

Kompetenz hilft. Unsere PartnerInnen vor Ort in Belarus, Georgien, Bosnien-Herzegowina, Spanien, Dänemark und Rumänien sind aber trotzdem nicht untätig geblieben. Sie haben ihr persönliches Wissen und Können in individuellen Situationen aber auch in den Institutionen ins Spiel gebracht. So haben zum Beispiel in Dänemark zwei Kinaesthetics-TrainerInnen auf einer Intensivstation mehr als 100 KollegInnen geschult, um die beatmeten Menschen durch permanente kleine Positionswechsel in der Atmung und Spannungsregulation zu unterstützen. Kinaesthetics Georgien hat neue, online unterstützte Lernprozesse für pflegende Angehörige entwickelt, welche auch in Zukunft eine Bedeutung haben werden. Die Berichte über diese Aktionen finden Sie auf Seite 5. Erfreulich ist, dass sich die individuelle Kompetenz und der Forschergeist auch durch das Virus nicht stoppen liess.

Podcasts. Die Reisebeschränkungen haben auch Neues ermöglicht. In Kooperation mit dem Verlag *lebensqualität* haben wir begonnen, mittels Podcasts die Herausforderungen in den verschiedenen Ländern zu dokumentieren. Sie finden eine Übersicht über die verschiedenen Gespräche in diesem «konkret».

Herzliches Dankschön. Ich danke an dieser Stelle allen SpenderInnen, den ÜbersetzerInnen und allen SympatisantInnen, die unsere Arbeit unterstützen. Ein besonderer Dank gilt dem *Verein pro lebensqualität Deutschland e.V.*



Stefan Knobel

Leiter des Wirkungsfeldes «Kinaesthetics-Projekte Neue Länder»

Präsident des Stiftungsrates der *stiftung lebensqualität*

Das Jahr 2020

Einleitung

Das Jahr 2020 war für das Wirkungsfeld «Kinaesthetics-Projekte Neue Länder» sehr ruhig. Derzeit laufen keine grossen Projekte - Kinaesthetics bewegt sich in verschiedenen Ländern aber trotzdem organisch weiter.

Arbeitsgebiet Basiskurse

Bosnien-Herzegowina	keine Kinaesthetics-Basiskurse	
Kroatien	4 Grundkurse	Trainer Ivan Ivankovic
Russland und GUS Staaten	keine Kinaesthetics-Basiskurse in Russland	
	1 Aufbaukurs in Nur-Sultan, Kasachstan	Trainerin Lilia Körner
Slowakei	1 Grundkurs	Trainerin Alena Kubes
Ungarn / Republik Moldawien	keine Kinaesthetics-Basiskurse in Moldawien	
	keine Kinaesthetics-Basiskurse in Ungarn	

Arbeitsgebiet Coaching TrainerInnen

Dänemark	6 Grundkurse 1 Aufbaukurs	Trainerinnen Heide F. Hartwig und Anna H. Rasmussen
Georgien	1 Grundkurs	Trainerin Shukia Tchintcharauli
Spanien	2 Grundkurse Gründung Verein Kinaesthetics Spanien	Trainerin Mercedes Fernandez Doblado

Arbeitsgebiet Projekte

Kinaesthetics in China	Da die Einreise nach China derzeit sehr erschwert ist, fanden keine Aktivitäten im Land statt. Ping Cheng baute in der Zwischenzeit einen Blog in chinesischer Sprache auf, welchem 6000 Menschen folgen.
Kinaesthetics Romania	Die Kinaesthetics-TrainerInnen von Kinaesthetics Romania mussten sich denselben Einschränkungen unterwerfen wie in ganz Europa. Darum fanden 2020 keine Bildungen statt. Die Basiskurse waren weitestgehend verunmöglicht.

Arbeitsgebiet Übersetzungen

Zum ÜbersetzerInnen Team gehören:	Lene Bøgh Andersen (Dänisch) Mercedes Fernandez Doblado (Spanisch) Ivan Ivankovic (Kroatisch) Lilia Körner (Russisch) Alena Kubes (Tschechisch / Slowakisch) András Márton (Ungarisch, Rumänisch) Imet Murati (Bosnisch) Julia Pieren (Französisch) Ping Cheng (Chinesisch) Beate Scheidegger (Italienisch) Shukia Tchintcharauli (Georgisch) Stefan Marty-Teuber (Sprachverantwortlicher EKA)
-----------------------------------	---



<https://bit.ly/3xtQIAE>

Der Podcast wurde am
25. Dezember 2020 veröffentlicht.

Jahresrück- und Ausblick

Sechs kurze Gespräche mit ProjektpartnerInnen aus Georgien, Belarus, Spanien, Dänemark, Bosnien und Herzegowina und Rumänien. Das ganze Podcast-Team bedankt sich herzlich bei allen GesprächspartnerInnen, die im vergangenen Jahr teil eines Podcasts waren. Zudem danken wir den ZuhörerInnen für ihre Treue. Wir wünschen allen, trotz der momentanen Situation, eine besinnliche Weihnachtszeit, viele berührende Begegnungen und einen guten Start ins neue Jahr.

Perspektiven. Die Covid-19 Situation in Siebenbürgen, Rumänien

Stefan Knobel spricht mit Dr. András Márton, György Péter über die Situation in Rumänien in Zeiten der Covid-19 Erkrankung.

Das Virus Sars-Cov-2 verbreitet sich problemlos über alle Landesgrenzen hinweg. Anders verhält es sich bei der Verbreitung von notwendigsten Schutzmaterialien wie Schutzmasken oder Schutzhandschuhen. Diese lassen sich nicht so einfach viral verteilen. In Ländern, die über eine mangelhafte Gesundheitsversorgung verfügen, ist die Situation dramatisch. Unsere Freunde der häuslichen Pflege der Caritas Alba Iulia haben in Erwartung der vielen Covid-19 Erkrankungen eine grosse Aufgabe vor sich. Das nötige Schutzmaterial und die staatliche finanzielle Unterstützung fehlt aber.



<https://bit.ly/3zgNK2L>

Der Podcast wurde am
09. April 2020 veröffentlicht.



<https://bit.ly/35sUQ7I>

Der Podcast wurde am
19. Juni 2020 veröffentlicht.

Auf allen Ebenen beweglich sein

Mercedes Fernandez Doblado ist die erste und bislang einzige Kinaesthetics-TrainerIn in Spanien. Im Gespräch mit Stefan Knobel erzählt sie, wie es dazu gekommen ist und was ihre Vision für Kinaesthetics in Spanien ist. Und es sieht gut aus für diese Vision, denn der Zufall wollte es so: Am Tag vor dem Gespräch ist die offizielle staatliche Anerkennung des Vereins Kinaesthetics España bei Mercedes eingetroffen.

Positionsunterstützung bei Menschen mit Covid-19 auf der IPS

Menschen mit Covid-19 auf der Intensivstation. Positionsunterstützung mit Kinaesthetik. Zwei Kinaesthetics-TrainerInnen berichten von ihren Erfahrungen.

Das Gespräch hat zwischen Maren Asmussen-Clausen und den beiden Kinaesthetics-Trainerinnen Anne Breier und Anna Rasmussen am 08.10.2020 in Flensburg stattgefunden. Beide arbeiten in Dänemark auf der Intensivstation eines Krankenhauses in Kolding und schildern ihre Erfahrungen mit Menschen mit der Symptomatik Covid-19 und den damit verbundenen Herausforderungen sowie deren Einführung der MitarbeiterInnen in die angepasste Bauchlage.



<https://bit.ly/3xpY9so>

Der Podcast wurde am
23. Oktober 2020 veröffentlicht.



<https://bit.ly/3tN24Pq>

„Anpassen der Bewegung“
Zeitschrift LQ 04|20



<https://bit.ly/3xsYY3L>

Der Podcast wurde am
21. Mai 2021 veröffentlicht.

Durch die Distanz haben wir neues entdeckt

Wie arbeitet eine Physiotherapeutin oder eine Kinaesthetics-TrainerIn in Zeiten von Social Distancing? Online! Das ist auf den ersten Blick nicht sehr ideal - eröffnet aber neue Perspektiven. Shukia Tchintcharauli und Nana Natsauri berichten, was sie an diesen neuen Perspektiven fasziniert und wie sie daraus neue Programme entwickeln.

Langzeitpflege und Pflegemigration - Fallbeispiel Rumänien

Der Vortrag von Dr. András Márton handelt von der Wirkung der Care-Migration aus Sicht der Situation in Siebenbürgen, Rumänien. András Márton hat in den letzten 25 Jahren mit der Caritas Alba Iulia eine grosse Spitex (Häusliche Pflege) aufgebaut. Er arbeitet als Direktor der Caritas Alba Iulia und ist Kinaesthetics-Ausbilder.

Der Vortrag fand Ende Juni 2021 anlässlich der Delegiertenversammlung des Spitex Kantonalverbandes Schwyz statt.



<https://bit.ly/3tLBF4o>

Der Podcast wurde am
05. Juli 2021 veröffentlicht.

pro lebensqualität Deutschland e.V. Jahresbericht 2020

Aktivitäten des Vereins in Zeiten der Pandemie. Die Sondersituation im Jahr 2020, bedingt durch die Pandemie, hat auch die Aktivitäten von *pro lebensqualität Deutschland e.V.* beeinflusst. Wir haben uns zum Ziel gesetzt, trotz der Einschränkungen aufgrund der Maßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie über Bildungsmöglichkeiten im Bereich der Förderung von Alltagskompetenzen zu informieren.

Mehr denn je geht es darum, durch das Training individueller Bewegungskompetenz die eigene Lebensqualität zu erhalten und (weiter) zu entwickeln. Die Bedeutung der Entwicklung der Selbstkompetenz zum Beispiel von Pflegenden und Gepflegten erscheint im osteuropäischen Kontext einer prekären Grundversorgung noch viel prägnanter als in der gut versorgten, institutionell viel besser aufgestellten westeuropäischen Realität.

Mangels analoger Kontaktmöglichkeiten im Jahr 2020 erreichten wir die Menschen in Form von Interviews, Podcasts oder Artikeln in der Fachzeitschrift für Kinästhetik «*LQ kinaesthetics - zirkuläres denken - lebensqualität*». Hier beispielsweise wird in einem Interview mit Shukia Tschintscharauli über die Auswirkungen der Corona-Pandemie auf die Bildungssituation in Georgien und somit auf die Bildungsorganisation «Kinaesthetics Georgien» berichtet. Die Covid-19-Situation in Georgien ist unter anderem auch das Thema eines Podcast in Kooperation mit dem *verlag lebensqualität*. Hinweise auf alle Medien werden über die Website <https://pro-lq.de> veröffentlicht.

Projekt «Aufbau Kinaesthetics Georgien». Zur Umsetzung des Projektes «Aufbau Kinaesthetics Georgien» wurden der *stiftung lebensqualität ch* 9000,00 € Spendeneinnahmen zur satzungsgemäßen Verwendung nach § 60a Abs. 1 AO überwiesen. Somit konnten im Jahr 2020 auch unter Pandemiebedingungen wichtige Grundlagenarbeiten für das Projekt stattfinden, wie zum Beispiel Übersetzungsarbeiten. Die geplanten Kinaesthetics-Aufbaukurse mussten aus bekannten Gründen auf derzeit unbestimmte Zeit verschoben werden.

Auf Initiative von *pro lebensqualität Deutschland e. V.* wurde mit der *stiftung lebensqualität ch* Ende 2020 ein Projekt zur Konzeption von Anleitungsvideos gestartet. Hiermit soll die Schulung der Bewegungskompetenz unterstützt werden, um Menschen in Georgien und anderen Ländern, trotz schwieriger Bedingungen zu ermöglichen, ihre persönliche Gesundheitsentwicklung und Lebensqualität selbstwirksam gestalten zu können.

Mitgliederversammlung. Aufgrund der Einschränkungen durch die Pandemie konnte die für den 26.04.2020 geplante Mitgliederversammlung nicht stattfinden und wurde auf den 24.04.2021 verschoben.



Ute Kirov
Erste Vorsitzende

*pro lebensqualität
Deutschland e.V.
Habersaathstraße 2
DE-10115 Berlin*

*info.de@pro-lq.net
www.pro-lq.de*

Finanzen

Ausgaben 2020

Basiskurse			CHF 0.00	CHF 0.00
Coaching TrainerInnen	Kinaesthetics Georgien	Tchintcharauli Shukia - Aufbau KinGE	CHF 0.00	
		Projektassistenz	CHF 1'200.00	
		Knobel Stefan - Arbeitsleistung	CHF 1'050.00	CHF 2'250.00
Projekte	Kinaesthetics Rumänien	Schutzmasken	CHF 3'000.00	
		Knobel Stefan - Arbeitsleistung	CHF 1'500.00	CHF 4'500.00
Übersetzungen			CHF 0.00	CHF 0.00
Öffentlichkeitsarbeit	Druck- und Versandkosten	inkl. konkret 2020	CHF 827.18	
	Blog / Podcast / Artikel		CHF 2'500.00	CHF 3'327.18
Projektleitung	Infrastruktur		CHF 5'000.00	
	Projektassistenz / Administration	LaRete GmbH*	CHF 0.00	
	Knobel Stefan		CHF 2'500.00	
	Reisespesen		CHF 0.00	
	Bankspesen		CHF 74.70	CHF 7'574.70
Total Ausgaben				CHF 17'651.88

Einnahmen 2020

Basiskurse			CHF 0.00	CHF 0.00
Netzwerk	pro lebensqualität Deutschland		CHF 9'505.80	CHF 9'505.80
Spenden	Privat	Schmidt Suzanne, Lenzburg	CHF 1'000.00	
		Div. Spenden anonym oder unter CHF 500.00	CHF 2'450.00	
	Arbeitsleistungen	Knobel Stefan	CHF 7'250.00	
		Freiwillige (Knobel Regula)	CHF 1'500.00	CHF 12'200.00
Total Einnahmen				CHF 21'705.80

Banksaldo per 31. Dezember 2020 CHF 4'848.96 davon CHF 3'309.50 für „Coaching TrainerInnen Kinaesthetics Georgien“

* aufgrund Covid-19 hat die LaRete GmbH keine Rechnung gestellt

Kompetenz,
der Schüssel
zur individuellen
Lebensqualität



stiftung lebensqualität
nordring 20
ch-8854 siebnen
www.stiftung-lq.com

Bankverbindung:
Schwyzer Kantonalbank, CH-6431 Schwyz
WF Kinaesthetics-Projekte Neue Länder
IBAN CH19 0077 7006 1357 2206 4
BIC KBSZCH22XXX



pro lebensqualität Deutschland e.V.
Habersaathstrasse 2
DE-10115 Berlin
www.pro-lq.de

Bankverbindung:
GLS Bank
pro lebensqualität Deutschland e.V.
IBAN DE54 4306 0967 1177 4132 00
BIC GENODEM1GLS



pro lebensqualität Österreich
Au 505
AT-6867 Schwarzenberg
www.pro-lq.at

Bankverbindung:
Raiffeisenbank Mittlbregenerwald
pro lebensqualität Österreich
IBAN AT35 3742 3000 0002 5882
BIC RVVGAT2B423



Életminőségért Alapítvány – Erdély
Farkaslaka község, Farkaslaka falu
Kalóz utca, 407 szám
Irányítószám: 537165 Hargita megye
Románia
www.eletminosegert.ro

Bankverbindung:
BRD - Groupe Societe Generale S.A.
Bucuresti, bd. Ion Mihalache nr.1-7, sector 1
IBAN RO14BRDE210SV47305182100