



## **Newsletter: Januar 2015**

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen

Ein neues Jahr ist angebrochen und viele Träume, Wünsche und Vorsätze möchten umgesetzt werden. Die besinnlichen Tage sind vorbei und ich hoffe Ihr steckt voller Tatendrang.

Das Kursprogramm für das 2015 ist zusammengestellt. Die Hauptversammlung findet dieses Jahr Ende März mit Agnes Schitter und mir mit dem Thema Microkinesitherapie statt, <http://www.microkinesi.de>.

Unsere Homepage ist nun fertig gestellt und einige von Euch haben ihre Kurstätigkeiten aufgeschaltet. Dieser Service ist gratis, somit profitiert davon. Es gibt auch einen Loginbereich.

Ab sofort könnt Ihr Euch für den Weiterbildungskurs vom 28. März 2015 und der HV anmelden. An der HV werden wir über eine weitere Mitgliedschaft bei dem DV Xund abstimmen. Diese Entscheidung hat Konsequenzen auf die Ausrichtung und Ziele unseres Vereins. Um Eure Meinungen und Anregungen bin ich sehr dankbar.

Aufgepasst der Weiterbildungskurs mit Hanna Kessler findet am 9. Mai 2015 statt!

Liebe Grüsse

Helene Moser

## **Traktandenliste der Hauptversammlung des VFMS vom 28. März 2015 in Zürich im Gym Puzzle, Walcheplatz 12, 8001 Zürich von 16.45 – 17.45h**

1. Begrüssung, Präsenzliste, Wahl der Stimmenzähler
2. Protokoll der HV 2014
3. Abnahme des Jahresberichts 2014 der Präsidentin
4. Kenntnisnahme des Revisorenberichts, Abnahme der Jahresrechnung und Entlastung der Rechnungsstelle
5. Genehmigung des Jahresbudget 2014
6. Wahlen:
  - a. Neues Vorstandsmitglied
  - b. Rechnungsrevision
7. Abstimmung über die Mitgliedschaft bei DVXund
8. Festlegung der Kosten bei Kursabmeldungen
9. Anträge der Mitglieder
10. Verschiedenes

Anträge von Mitgliedern müssen bis spätestens drei Wochen vor der Hauptversammlung bei der Präsidentin eingereicht werden.

## **Jahresbericht 2014 der Präsidentin**

Liebes Mitglied

Im Jahr 2014 konnten wir alle Kurse des Vereins mit grossem Erfolg durchführen. Eric wusste uns wieder zu begeistern und Hanna flog von Köln ein um uns über das Zwerchfell zu unterrichten. Die Kurse für das 2015 sind geplant und werden neu in Basel, Bern und Zürich durchgeführt. Die Homepage ist nun fertig gestellt und ihr könnt eure Kursangebote darauf veröffentlichen. Beim DVXund gibt es Veränderungen, da nun die Hauptaktivität der Methodenanerkennung und die Prüfungsvorgänge des Komplementärtherapeuten Sache der OdAKT (Organisation der Arbeitswelt Komplementär Therapie) ist. Der DVXund ist nun daran seine Verbandsziele neu zu gestalten und möchte sich vermehrt für die kleinen Verbände einsetzen. Über eine weitere Verbandszugehörigkeit muss an der HV 2015 diskutiert werden.

Qualitop ist von den Verbandsstrukturen her aufgelöst worden, jedoch wird die Dienstleistung im 2015 als Vermittler von Kursanbietern gegenüber den Krankenkassen weiterhin von Peter Eigenmann angeboten. Wie es sich weiter entwickeln wird ist noch offen. EMfit ist daran sich auf dem Markt zu etablieren, hat jedoch noch keine konkreten Abkommen mit den Krankenkassen abgeschlossen. Zur Zeit kann man nichts genaueres dazu sagen, ob sich dieser neue Anbieter der Qualitätskontrolle etablieren kann. Abwarten ist angesagt.

Auch im 2014 gab es Neueintritte und auch Abgänger. Neu sind wir Anfangs 2015 nun 48 Mitglieder.

Auch freut es mich sehr, dass wir nun in Zürich, Basel und Bern unsere Fortbildungen anbieten und somit für alle Mitglieder gut erreichbar sind.

Wünsche uns allen ein kreatives und inspirierendes 2015, mit viel Freude und Bewegung.

Herzlichst

Helene Moser

### **VFMS Weiterbildungs-Programm 2015**

- 28. März 2015** Agnes Schitter und Helene Moser „**Microkinesitherapie und Franklin-Methode®**“ mit anschliessender HV in Zürich
- 9. Mai 2015** Hanna Kessler, Thema „**Resonanzräume zum Klingen und Schwingen bringen**“ in Bern
- 12. September 2015** Sr. Silvia Pauli, Thema „**Unsere Organe und Ihre Verbindung in die muskulären Strukturen und Faszien**“ in Basel
- 14. November 2015** Nausikaa von Orelli, Thema „**Gelenke und Organgelenke in Harmonie**“ in Zürich

## Workshop von Eric Franklin in der Schweiz

**Samstag, 21. Februar 2015**

**Freiheit im Hüftgelenk und der Lendenwirbelsäule:  
Muskeln des Beckens verstehen, bewegen, verkörpern**

09:15 - 17:00. Tanzlounge Bern, Bern, Schweiz

**Sonntag, 22. Februar 2015**

**Die Franklin-Methode®, Entspannte Schultern – gelöster Nacken unter Einbezug von Gelenken, Muskeln und Organen**

09:15 - 17:00. Tanzlounge Bern, Bern, Schweiz

Im **2015** plant das Institut für Franklin-Methode® eine Basic-Ausbildung mit Eric in Bern. Dies ist sicherlich eine gute Möglichkeit auf den Neuesten Stand der Franklin-Methode® zu kommen. Gezielte Repetitionstage in der Ausbildung zu tätigen ist möglich.

### Über den Zaun geschaut

Es erscheint mir wichtig als Franklin-Methode Bewegungspädagogin etwas die verschiedenen Methoden in der Bewegungswelt zu kennen, welche angeboten werden. In diesem Newsletter möchte ich Lily Ehrenfried und die holistische Gymnastik näher vorstellen (Auszug aus dem Wikipedia am 11.1.15)

**Lydia Ehrenfried**, bekannt unter dem Rufnamen **Lily**, auch **Lilly** oder **Lili** (\* 20. August 1896 in Breslau; † 1994 in Paris) war eine deutsche Ärztin, Heilgymnastikerin und Begründerin der Holistischen Gymnastik bzw. Somato-Therapie jüdischer Herkunft, die seit ihrer Verfolgung durch das nationalsozialistische Regime in Frankreich, nach dem Ende des Zweiten Weltkriegs in Paris lebte.

#### Leben

Nach ihrer Schulzeit absolvierte Ehrenfried zunächst eine Ausbildung als Krankenschwester, dann ein Medizinstudium, um 1926–1927 auf der Inneren Abteilung des Krankenhauses Moabit in Berlin zu arbeiten. Es folgten Fortbildungen in Kinderheilkunde, Orthopädie, Krankengymnastik und Sportmedizin. Ab 1926 behandelte sie nebenberuflich als

freigewerkschaftlichen orthopädische Turnlehrerin Säuglinge und Kinder mit körperlichen Auffälligkeiten. 1928 ließ sie sich als praktische Ärztin in der Schöneberger Motzstraße nieder.

Sie engagierte sich insbesondere für die Geburtenkontrolle, einem angesichts von Arbeitslosigkeit und Massenverelendung drängenden Problem, und leitete von 1929 bis 1933 eine „Ehe- und Sexualberatungsstelle“, die das Bezirksamt Berlin-Prenzlauer Berg auf ihre Initiative hin eröffnet hatte und die über Verhütungsmethoden aufklärte sowie kostenlos Verhütungsmittel verteilte.

Aufgrund der polemischen Diskussion des Themas Geburtenkontrolle durch das konservativ-nationalistische Parteienspektrum trat Ehrenfried dem Verein Sozialistischer Ärzte bei und kandidierte 1931 auf der Liste zur Ärztekammerwahl. Durch die Machtergreifung Hitlers gefährdet, floh sie aufgrund einer Warnung vor der SA über Basel und Nizza nach Paris. Nach dem Einmarsch der Wehrmacht floh sie nach Südfrankreich, wurde aber am 25. Mai 1940 im Camp de Gurs interniert. Einen Monat später gelang es ihr jedoch, abzutauchen und mit falschen Papieren in Frankreich zu überleben.

In Berlin war Ehrenfried Schülerin der Gymnastiklehrerin Elsa Gindler gewesen. In Paris, wo sie sich nach dem Zweiten Weltkrieg niederließ, war sie ausschließlich als Heilgymnastikerin tätig und führte bis ins hohe Alter eine kleine Praxis. Zu ihren dortigen Schülern zählt Hilarion Petzold. Sie kam auch mit Masamichi Noro in Kontakt, der Elemente ihrer Arbeit in seine Methode des Kinomichi übernahm und dessen Kurse Ehrenfried regelmäßig aufsuchte.

### **Holistische Gymnastik**

Ehrenfrieds bleibende Leistung ist die Entwicklung der holistischen Gymnastik, einer weichen Gymnastik, deren Ziel die Entwicklung einer biomechanischen Spontaneität des gesamten Körpers und damit Befreiung von erzieherischen und mechanischen Zwängen ist. Von einfachen, langsamen Bewegungen ausgehend lernt der Schüler, seine natürliche Mobilität wiederzufinden, das heißt, sich ohne Verspannungen und Schmerzen zu bewegen. Dabei beschreibt der Heilgymnastiker die Bewegungen ausschließlich verbal, ohne sie vorzumachen, und der Schüler setzt diese Beschreibungen nach seinen Fähigkeiten in Bewegungen um. Jede Gymnastikstunde enthält Phasen der Entspannung, der Aufrichtung des Körpers und der muskulären Tonifikation. Es geht dabei darum, den Muskelapparat auch über weite Strecken in flexible Interaktion zu versetzen, so dass die Bewegung einer Körperregion zugleich auch auf eine andere, weit entfernte Körperregion wirkt, etwa die Bewegung des Kiefers auf das Zwerchfell, und über die natürliche Atmung auch die inneren Organe zu stimulieren. Die holistische Gymnastik empfiehlt sich heilend wie vorbeugend bei Stress, Muskelverspannungen, Rückenschmerzen und dergleichen und wirkt sich auf den mentalen Zustand des Praktizierenden aus.

Die Holistische Gymnastik wird vor allem in Frankreich, aber etwa auch in Griechenland von der *Association des Elèves du Docteur Ehrenfried* gepflegt.

Text aus Wikipedia

### **Weiterbildungsnachweis**

Als Beilage erhaltet ihr das Formular zum Ausfüllen.

**Auf Wiedersehen in einer der nächsten Fortbildung**