

# Selbstständigkeit fördern

Der Bildungsclub von Insieme Kanton Schwyz führte kürzlich wieder Kurse für Menschen mit einer Beeinträchtigung durch.

Im Herbst konnten in Ausser- und Innerschwyz sowie in Einsiedeln drei interessante und abwechslungsreiche Bildungsclubkurse durchgeführt werden. Die Angebote waren sehr vielfältig, lebendig und praxisnah. Die Teilnehmer hatten grossen Spass in den Kursen, da sie auch viel Neues lernten.

«Bewegung und Tanz» war ein Kurs, in dem die Freude zur Musik gefördert wurde. Es konnten eigene Lieder mitgebracht und neue Musik kennengelernt werden. Mit verschiedenen Hilfsmitteln wurde im Takt der Rhythmus nachgespielt. Im Kurs «Herbstliche Dekorationsstücke» durften die Teilnehmer wunderschönen Herbstschmuck kreieren und diesen an jedem Kurstag mit nach Hause nehmen. Die Kreativität wurde gefördert und die Gäste hatten viel Spass.

«Geschichten und Bewegung» war ein weiterer Kurs, in dem die Mitglieder die Welt von Indien etwas näher kennenlernten. Es gab Tee zum Probieren und verschiedene Düfte zum Riechen sowie Musik aus Indien. Mit



Der Kurs «Bewegung und Tanz» fördert die Freude an der Musik.

Bild zvg

einfachen Yogaübungen wurde die Beweglichkeit gestärkt und die Ruhe und Entspannung geübt.

Bei allen Kursen wurde auf die vorgeschriebenen Schutzmassnahmen

vom BAG geachtet und die Teilnehmer befolgten diese vorbildlich. Weitere Infos und Fotos zu den Kursen findet man auf der Homepage [www.insieme-ausserschwyz.ch](http://www.insieme-ausserschwyz.ch). (eing)