Zeitschrift: Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun

Herausgeber: Lehrpersonen Graubünden

Band: 76 (2014)

Heft: 2: Gesundheit

Rubrik: Portrait

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«Es sind die kleinen Dinge, die das Leben

Brida Camenisch, Handarbeits- und Hauswirtschaftslehrerin Ilanz

Brida Camenisch lebt und begleitet Gesundheitsförderung an der Schule Ilanz seit zehn Jahren. Gemeinsam mit Mathilda Derungs ist sie Koordinatorin der «Gesunden Schule Ilanz».

VON SANDRA LOCHER BENGUEREL

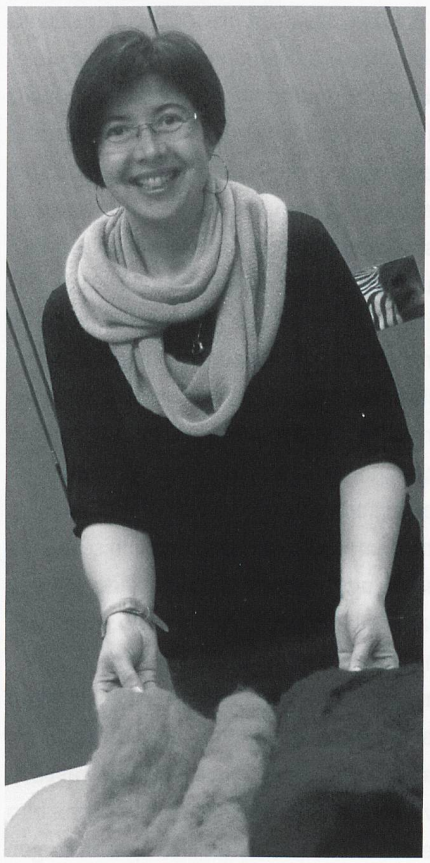
Von Brida Camenisch wurde ich, im wahrsten Sinne des Wortes, herzlich empfangen. Sie hatte einen Tisch für uns im Handarbeitszimmer vorbereitet inklusive Schoggiherzli. So beginnt unser Gespräch gleich in einer warmen Atmosphäre. Das Spezielle an diesem Portrait ist, dass wir zu Beginn zu dritt am Tisch sitzen.

Brida Camenisch legt grossen Wert darauf, dass für den Teil meiner Fragen zur Gesunden Schule Ilanz auch ihre Teamkollegin Mathilda Derungs anwesend sein kann. Sogleich war mir klar weshalb: Die beiden Kolleginnen absolvierten vor fast zehn Jahren gemeinsam den Lehrgang zur Koordinatorin für Gesundheitsförderung und Umweltbildung an der Volksschule. Sie verstehen sich seither als Tandem und sind zuständig für die Gesunde Schule Ilanz. «Mathilda und ich ergänzen uns ideal, sie ist eher für die technischen und strukturellen Abläufe verantwortlich und ich bin eher die Kreative», beschreibt Brida Camenisch die Teamarbeit. Mathilda Derungs ihrerseits ergänzt, dass sie von der Zusammenarbeit mit Brida Camenisch begeistert sei.

Für das Gelingen einer Gesunden Schule sei vor allem die Partizipation entscheidend, da sind sich die Koordinatorinnen einig. Folglich ist ihnen der Einbezug aller direkt Betroffenen ein grosses Anliegen. «Wir sind motiviert, immer wieder Projekte zu initiieren, weil wir uns vom Team, dem Schulleiter Silvio Dietrich und dem Schulrat getragen fühlen.» Für ihr erstes Projekt erstellten sie eine Standortbestimmung und daraus entwickelten sie den Themenbereich Ernährung, Bewegung und Entspannung. Sie setzten sich zum Ziel, auf den Ressourcen, welche im Team bereits vorhanden sind, aufzubauen. So entschieden sich die beiden Koordinatorinnen für den Bereich Ernährung und starteten diesen mit einem Kick-off in Form einer Blue-Cocktail-Bar für Kinder und Lehrpersonen. Seit nun bald zehn Jahren lancieren die beiden Koordinatorinnen Projekte, und davon erzählen sie mir mit grosser Begeisterung. Besonders in Erinnerung ist den beiden der von ihnen gemeinsam mit ZEPRA organisierte Bewegungstag für Menschen von 1 bis 99. Dabei wurde die gesamte Gemeinde aktiv und sicherte sich den zweiten Rang im Gemeindeduell des Projektes schweiz. bewegt. «Mit Gesunder Schule kann ich den Schülerinnen und Schülern oder den Lehrpersonen etwas Gutes tun, alle profitieren davon, dies motiviert mich», meint Brida Camenisch.

Die Schule Ilanz ist Mitglied des Netzwerks Gesunde Schule St. Gallen. Ilanz gehört jedoch auch zu den Bewegten Schulen Graubünden, für diesen Teilbereich ist Nora Pfister zuständig. Im Gespräch zeigt sich, dass die Grenzen zwischen Bewegter und Gesunder Schule fliessend sind. Brida Camenisch und Mathilda Derungs können durch ihr Netzwerk über die Kantonsgrenze hinaus Inputs holen. Die aktuell grösste Herausforderung ist die Grossfusion Ilanz/Glion. Das Ziel der beiden Koordinatorinnen ist es, Projekte in die 13 umliegenden Fraktionen zu integrieren.

reich machen»



Dabei erhalten sie als Unterstützung ein Coaching des Gesundheitsamts Graubünden. Mit dem Blick in die Zukunft der Gesunden Schule Ilanz verabschieden wir Mathilda Derungs.

Brida Camenisch erzählt mir nun von ihrem persönlichen Bezug zum Thema Gesundheit. Wobei sie nochmals betont, dass Umweltbildung auch zu einer Gesunden Schule gehöre. Brida Cameinsch war einige Jahre als Vertreterin der Schule Mitglied in der Energiekommission der Stadt Ilanz. Sie ist überzeugt: «Die Schule kann im Umweltbereich perfekt Öffentlichkeitsarbeit leisten, die Schülerinnen und Schüler sind ideale Multiplikatoren. Im Mai ist ein Tag der Sonne geplant, dabei wird das Erleben und Erforschen im Zentrum stehen.» Weiter führt sie aus, dass gerade die Gesundheitsförderung nach dem Prinzip «steter Tropfen höhlt den Stein» funktioniere. Für die Handarbeitslehrerin ist zentral, dass die Schule allen Kindern den Zugang zu Wissen ermöglicht und dabei Nachteile ausgleichen kann. Dies wird im Projekt Sexualerziehung MFM für Mädchen und Jungen besonders deutlich. Als Lehrperson ist sie von der Haltung stark geprägt: «Ressourcen von Schülerinnen und Schülern aktvieren und sie in ihren Stärken fördern.»

Sie schloss 1986 die Ausbildung an der Frauenschule in Chur als Handarbeits- und Hauswirtschaftslehrerin mit Zusatzausbildung Turnen ab. Nach ihrem Abschluss wurde sie an die Schule Ilanz gewählt und kehrte somit an die Schule zurück, welche sie selbst besuchte. «Ich habe keine grossen Sprünge gemacht und bin sehr gerne in Ilanz. Hier habe ich Geschichte erlebt und kann diese immer wieder einbringen.» Sie bildet sich kontinuierlich weiter und verfügt deshalb über ein breites Spektrum an Kompetenzen. Brida Camenisch erwarb das Werkpatent sowie das Nachdiplom für das Unterrichten von Mensch und Umwelt. Alle ihre Kompetenzen von der Hauswirtschaft über Mensch und Umwelt fliessen in der Gesunden Schule zusammen und sie kann sie optimal nutzen. «Ich bin gerne Lehrerin, weil ich eine Vorbildfunktion wahrnehmen und so vieles weitergeben kann.» Das Weitergeben von persönlichen Werten ist ihr als Mutter einer 16-jährigen Tochter wichtig.

Genau so vielfältig wie ihr Berufsalltag aussieht, zeigt sich Brida Camenischs Freizeitgestaltung. Sie reist gerne mit ihrer Familie und auch hier sind es nicht die grossen Sprünge, die sie reizen. Sie bevorzugt kleine Reisen beispielsweise nach Lausanne oder in ihre Lieblingsstadt Luzern. Ihre Hobbies haben einen engen Bezug zu ihrem Beruf als Handarbeitslehrerin. Brida Camenisch bereitet es Freude, neue Materialien und Techniken auszuprobieren.

Ganz nach dem Motto der Bewegten Schule, bewegt sie sich auch gerne. So liebt sie ausgedehnte Spaziergänge in der Natur oder auch den Schulweg absolviert sie mehrmals täglich zu Fuss. Sie tanzt gerne, wenn sie Zeit und Lust dazu hat. Inspirierende Ideen kommen ihr oft bei kleinen Gartenarbeiten, beim Rosenschneiden oder Tomatenaufbinden. Abschliessend meint Brida Camenisch: «Ich schaue gut zu mir und meiner Familie und bin dankbar für meine Gesundheit. Deshalb kann ich teilen und weitergeben. Ich habe Freude am Wirken und Gestalten im Kleinen im Alltag, diese Freude kann ich als Handarbeitslehrerin weitergeben.»

Von dieser Lebensfreude und Herzlichkeit, die Brida Camenisch ausstrahlt, war während unseres ganzen Gesprächs so viel spürbar!