

Samstag, 3. Mai 2025

Schüler fliegen per Zeitmaschine in die Jugendjahre von Seniorinnen

Diese Woche hat eine achte Oberstufenklasse Interviews mit Inserinnen und Insern geführt. Manchmal staunten die Jugendlichen nicht schlecht.

Beat Kuhn

Die Älteren erinnern sich: 1985 füllte der Hollywood-Film «Zurück in die Zukunft» die Kinos. Darin wird der Jugendliche Marty McFly mittels einer Zeitmaschine in Form eines Sportwagens in das Jahr 1955 versetzt. Dort angekommen, verhindert er unbeabsichtigt, dass seine Eltern sich treffen und sich ineinander verlieben – stattdessen verliebt sich seine Mutter in ihn... In der Folge muss Marty dringend dafür sorgen, dass seine Eltern doch noch zueinander finden, damit seine Geburt nicht gefährdet ist.

Die Projektwoche der Oberstufenklasse 8a, die gestern zu Ende gegangen ist, hatte zwar den Titel «Zeitmaschine bauen». Doch so abenteuerlich wie im Film ging es denn doch nicht zu. Die Reise in die Vergangenheit erfolgte vielmehr so, dass jeweils zwei der 20 Schülerinnen und Schüler eine ältere Person in Ins und Umgebung besuchten und nach deren Leben befragten.

«Oral History – mündlich überlieferte Geschichte» nennt man diesen Zweig der Geschichtsschreibung laut Projektleiter Christian Lüthi, der seit 2008 mit dem Verein Zeitmaschine TV diesen Geschichtsunterricht der besonderen Art anbietet.

Hosenverbot für Mädchen

Die «lokalen Zeitzeugen» mussten die 14- bis 15-Jährigen laut Lüthi selbst ausfindig machen. Beim Interview mit der besagten Person führte jeweils die eine Schü-



Leticia Sousa Silva (links) und Elin Hämmerli üben das Abfilmen von Fotos für ihren Film-Clip.

Bild: Anne-Camille Vaucher

lerin das Gespräch, während der andere als Techniker wirkte und in der Folge auch die Ausschnitte für die Kurzfilme aus der Aufnahme aufbereitete.

Die Interviewpartnerin von Elin Hämmerli und Leticia Sousa Silva war eine Kollegin von Elin's Grossmutter. Besonders beeindruckt hat die Schülerin beim Interview, wie stark die 84-jährige Frau in ihrer Jugend eingespannt war: «Sie sagte, sie ha-

be eigentlich nie freigeht und spielen können, sondern neben der Schule immer entweder zu Hause oder im elterlichen Laden mithelfen müssen.»

Ann-Sophie Wenger, die mit Luca Moser ein Duo bildete, befragte ein Ehepaar Mitte 70. «Kraass» fand sie insbesondere, «wie wenig man früher in die Ferien fuhr im Vergleich zu heute». So seien beide erst im Alter von 18 Jahren zum ersten Mal

im Ausland – in Spanien – gewesen, und erstmals geflogen seien sie mit 35 Jahren nach England. Auch dass die Frau als Mädchen nur Röcke tragen durfte, erstaunte Ann-Sophie sehr. «Ihre ersten Hosen waren die Skihosen im Skilager der 6. Klasse.»

Gegen Ende der Woche machten die Kinder einen zweiten Besuch bei ihren Interviewpartnern, bei denen das Altersspektrum von 64 bis 93 Jah-

re reichte. Dort filmten sie per Smartphone jene alten Fotos oder Gegenstände ab, die zur zusammengeschnittenen Fassung der Tonaufnahme passten, und unterlegten ihr die Filmaufnahmen.

In den wenigen Fällen, wo kaum persönliches Material aus der Jugend vorhanden war, suchten die Schülerinnen in einem Brocki oder auch auf dem Schulhaus-Estrich histori-

sche Gegenstände aus, von denen sie in ihrem Interview gehört hatten. Diese wurden im Dachstock des Schulhauses ausgelegt und dienten zum Trainieren des Abfilmens. Beispielsweise musste darauf geachtet werden, dass abgefilmte Fotos nicht spiegelten oder bei einem bewegten Aufnehmen – genannt Film-Schwenk – nicht unscharf wurden.

Film-Clips für alle zugänglich

Die interviewten Zeitzeugen werden online zwar mit Namen und Jahrgang erwähnt, aber, um sie nicht zu stark zu exponieren, nur auf den historischen Fotos gezeigt. Die ein bis drei Minuten kurzen Film-Clips sind ab sofort auf der Website Zeitmaschine.TV/Ins-be aufgeschaltet und können von jedermann aufgerufen werden.

Das Dorfschulhaus, in dem sich das Klassenzimmer der 8a befindet, ist übrigens vom Inser Maler Albert Anker verewigt worden: Dessen Gemälde «Turnstunde in Ins» von 1879 zeigt den Pausenplatz der Anlage und im Hintergrund einen Teil des Schulgebäudes. Was die Buben auf dem Bild tun – Mädchen hat es keine –, ist allerdings nicht Sport im heutigen Sinn, sondern vielmehr ein militärisches Exerzieren im Gleichschritt.

Das Werk hängt heute im Privatmuseum des Anwesens von SVP-Doyen Christoph Blocher hoch über dem Zürichsee. Der Milliardär hat es seinerzeit an einer Auktion für 7,5 Millionen Franken erwerben können.

Alle Inser Kurzfilme: www.zeitmaschine.tv/Ins-be

Wo es in Ins Raum für die innere Balance gibt

Seit 15 Jahren führt die Bewegungspädagogin Beatrice Binggeli das Atelier Balance. Dort wird nicht nur etwas für den Körper, sondern auch fürs Gemüt getan. Heute feiert das Team Geburtstag.

Tildy Schmid *

Im hellen, schlichten Raum des Bewegungsateliers Balance an der Müntschemiergasse in Ins treffen sich F rauen v erschiedenster Altersgruppen. Sie wechseln Schuhe, schlüpfen in bequeme Trainer, rollen Yogamatten aus, sitzen oder liegen, sinnen dem vibrierenden Ton der Klangschale nach und hören auf die ruhigen Worte der Instruktorin. Sie wollen etwas für sich, für ihren Körper, für ihr Gemüt tun, für ihre innere Balance.

«In der heutigen, von Yang geprägten Leistungsgesellschaft benötigt der Mensch meines Erachtens viel mehr Yin-Qualitäten als früher», sagt Inhaberin Beatrice Binggeli. «Das heisst entspannen, loslassen, Ruhe, Stille und Hingabe an den Moment – kurz üben, einfach da zu sein.»

Seit 15 Jahren ist das Atelier Balance von Binggeli ein

Raum für Bewegung und Begegnung, frei von Leistungsdruck und Schönheitsidealen. Heute feiert das Team das Jubiläum von 8 bis 16.30 Uhr mit Schnupperlektionen.

Rückblickend meint Binggeli: «Es brauchte Mut, das Erbe meiner damaligen Arbeitgeberin auf eigene Rechnung weiterzuführen. Doch dank der Unterstützung des Teams gelang es – und das Atelier wuchs menschlich sowie inhaltlich.» Heute dominiert im Atelier die achtsame Bewegung als stille, kraftvolle Brücke zwischen Körper, Geist und Seele.

Bewusster mit seinem Körper umgehen

Zu Binggeli kommen Menschen, die bewusster mit ihrem Körper umgehen wollen. Oft bringen Schmerzen, Verspannungen oder Erschöpfung sie ins Atelier, manchmal auch die Empfehlung



Eine ruhige Sequenz einer Kursstunde.

Bild: Dario Brönnimann

einer Freundin. Neben Frauen nehmen auch einige Männer teil. Die älteste Teilnehmerin wird im Sommer 86 Jahre alt. Im Atelier haben sich verschiedene Bewegungsformen und Kursleiterinnen etabliert.

Das Angebot reicht von Hatha-Yoga, Yin-Yoga und Rücken-Fit über Feldenkrais bis zu Bodyforming, Atemtherapie und Ausdrucksstanz. Im Sommer finden einige Lektionen draussen im Garten, Wald oder am See statt.

Zusätzlich unterrichtet Binggeli Sup-Yoga in Erlach.

Symptom eines seelischen Ungleichgewichts

Manchmal, so sagt sie, zeigt sich hinter körperlichen Beschwerden ein tieferes seelisches Ungleichgewicht. So litt eine Kundin lange unter wechselnden Schmerzen. Auf sie abgestimmte Übungen brachten keine Linderung. Ihr Körper rebellierte, erst leise, später lauter und stärker. Doch die Symptome aus ihrem Innern wurden unterdrückt und weggewischt. Schliesslich war eine psychiatrische Behandlung nötig. «Erst dort konnte die Verbindung von Körper, Geist und Seele heilen», so Binggeli.

Gesund sind ihr zufolge individuell angepasste Übungen. Entscheidend sei, Körperbewusstsein und Eigenwahrnehmung zu schulen. So würden

Spannungen und Signale rechtzeitig erkannt. Zudem solle Bewegung Freude machen und ein gutes Gefühl auslösen.

Ihre Kurse seien nicht gesünder als überwachte Übungen in einem guten Fitnessstudio, sagt Binggeli. «Allerdings ist unser Übungsansatz ganzheitlich, das heisst, die Beziehung zwischen Körper, Geist und Seele wird im Unterricht berücksichtigt.»

In unserer Welt von Body Positivity und Optimierungswahn sei es wichtig, das Mass zu wahren, betont Binggeli: «Self-tracking kann im Leistungssport sinnvoll sein, doch im Alltag frage ich mich: Muss wirklich alles gemessen werden?»

Für die Zukunft wünscht sich Binggeli «noch viele Stunden, die nicht nur körperlich bewegen, sondern auch emotional, energetisch und geistig berühren – und Menschen stützend ermutigen, sich weiterzuentwickeln.»