

Der Sebastian Kneipp Tag mit den Bewohner*innen des Seniorenzentrums Waldhof

Sei frei, verrückt und glücklich

„Alles was wir brauchen, um gesund zu bleiben, hat uns die Natur
reichlich geschenkt“

- Sebastian Kneipp



In vielen Bereichen unseres Lebens haben sich das Wissen und die Lehren des Arztes und Pfarrers Sebastian Kneipp verfestigt. Die Aspekte auf die Wirksamkeit und Kraft der Natur haben heutzutage immer mehr Bedeutung bekommen. Methoden aus der Natur und deren Anwendungen können unser Wohlbefinden steigern. Das erkannte auch Sebastian Kneipp, dem wir die Kneippbäder oder Trends wie „clean eating“ verdanken können.

So kam es, dass wir uns vormittags mit einigen Bewohner*innen zum Herzogenriedpark aufmachten, wo es galt, den neu eingerichteten Motorikparcours und das Kneippbecken zu erkunden. Wie das Schicksal so wollte, trafen wir Bewohner*innen und Kolleg*innen vom Ida Scipio Heim auf dem Weg durch die schön angelegte Parklandschaft.

Nachmittags versammelten sich unsere Bewohner*innen zu einer Aktivierungsrunde im Garten. Die Sonne wollte auch ihren Beitrag leisten und erfreute unser Gemüt mit Sonnenstrahlen und Wärme. Nach der körperlichen Ertüchtigung kam der genüssliche Teil mit erfrischenden Fruchtspießen und Getränken.

So kam es, dass beim Klang altbekannter Melodien laut mitgesungen wurde und wir unser eigenes Konzert zum Besten gaben. Bewohner*innen und spontan dazugekommene Angehörige forderten entweder andere Bewohner*innen oder unsere Alltagsbegleiter*innen zum Tanzen oder Schunkeln auf. Es wurde viel gelacht, gesungen und das Zusammensein miteinander genossen. Zu schnell verging die Zeit und so konnten wir zum Abschluss den Bewohner*innen mit einer kleinen Überraschung den Abschied etwas versüßen. Nach dem Motto „Sei frei, verrückt und GLÜCKLICH“ bekam jede*r Bewohner*in eine Aromapflegedusche von der Marke Kneipp, worüber sich unsere Bewohner*innen sehr freuten.

Noch am nächsten Tag waren die gemeinsam verbrachten Stunden Thema in den Wohnbereichen.

Ihr Team des Seniorenzentrums Waldhof