



Fundament für gesundes Leben

Kneipp-Verein Wennigsen/Gehrden eröffnet Wassertretstelle am Lehmbrink

Vor 194 Jahren, am 17.05.1821, wurde Sebastian Kneipp geboren und am Sebastian-Kneipp-Tag (SKT; am 17. Mai) wurde in diesem Jahr 2015 die Wassertretstelle in Wennigsen am Lehmbrink nach den erfolgreichen Sanierungsarbeiten wieder eröffnet.



Das Wasser ist ein wichtiges Fundament für unser Gesundes Leben, ein Naturheilmittel, das Sebastian Kneipp auch den Namen „Wasserdoktor“ gab. Das Wassertreten ist am bekanntesten, aber auch die anderen Anwendungen von Sebastian Kneipp sind Zuwendungen, übrigens das diesjährige Motto des Kneipp-Vereins.

Die fünf Elemente Wasser, Lebensordnung, Bewegung, Ernährung und Heilpflanzen sind heute wieder sehr aktuell - nur unter anderen Begriffen wie z.B. Wellness, oder Fitness. Sebastian Kneipp hat mit seinen fünf Säulen aufgezeigt, dass man unsere Natur nutzen kann und diese für jedermann erschwinglich ist.

Vor der Eröffnung hatten sich sehr viele Interessenten am SKT um Elke Böttcher herum versammelt, um gemeinsam mit unserer zertifizierten Kursleiterin für Heilpflanzenkunde (SKA) die heimischen Wildkräuter in unserer Region sowie die weiteren Säulen nach Kneipp kennenzulernen. Zum Start wurde ein grüner Smoothie an alle Teilnehmer ausgegeben, eine Lockerungsübung mit den grünen Smovey-Ringen eingebaut und dann setzte sich die Gruppe in Bewegung, um noch weitere Stationen im Höhenzug Deister zu erkunden, wie z.B. das Wassertreten etc.



Die Tretstellen des Vereins befinden sich im Wald in der Wennigser Mark und am Lehmbrink in Wennigsen. Leider musste die dritte Tretstelle in Bredenbeck aufgrund nicht zu bewältigender Hindernisse im Jahre 2013 geschlossen werden. Die Tretstellen, die mit frischem Quellwasser aus dem Deister versorgt werden, stehen nicht nur den Kneipp-Mitgliedern sondern der gesamten Bevölkerung zur Verfügung und werden von vielen Wanderern genutzt. Die Unterhaltung und Pflege der Wassertretstellen wird ehrenamtlich durch Mitglieder des Kneipp Vereins durchgeführt.

Vor 2 Jahren wurde beschlossen, nach 40 Jahren eine Grundsanierung der Wassertretstelle in Wennigsen vorzunehmen; ohne die beantragten und zur Verfügung gestellten Fördermittel von der Region Hannover wäre eine Sanierung wahrscheinlich nicht möglich gewesen. Dem Kneipp-Verein Wennigsen/Gehrden e.V. ist es nun gelungen, diese Wassertretstelle auf eine Weise sanieren zu lassen, dass sie sich der Natur anpasst und nicht mehr wie ein Schwimmbecken wirkt.

Neben sehr vielen Mitgliedern waren u.a. auch Vertreter der Gemeinde Wennigsen, des Kneipp-Landesverbandes und die Inhaber des Sanierungsunternehmens zur Eröffnungsfeier mit Umtrunk und kleinem Imbiss erschienen.

Trotz der niedrigen Temperaturen wagten sich die ersten Kneippfreunde in das doch noch kühle Nass im Storchenschritt. Aber das Gefühl, in dieser idyllisch gelegenen Wassertretstelle die ersten Runden zu drehen, war ein großartiges Erlebnis. Denn bereits Sebastian Kneipp sagte schon: „Die beste Abhärtung ist der beste Schutz; sie kann nur durch das kalte Wasser erreicht werden. Die Angst und Furcht, welche man vor dem kalten Wasser hat, ist eine eingebildete und beigebrachte. Ich habe noch keinen einzigen Fall erlebt, in welchem das kalte Wasser – vernünftig angewendet – einen Schaden gebracht hätte“.



Kontakt:

Kneipp-Verein Wennigsen/Gehrden e.V.

Neustadtstraße 38

39974 Wennigsen

Telefon 0 51 03 / 82 58 43

info@kneippverein-wennigsen.de

www.kneippverein-wennigsen.de