



Auf Spurensuche

Kneipp-Verein Dinkelsbühl bot Sommerferienprogramm an



Zuerst hatten die Kinder Kräuter gesammelt, daraus ein Kräuterquark miteinander hergestellt, dann wurden Kartoffeln geschält und gemeinsames Essen belohnte für die Mühen.

Auf eine Spurensuche zu Sebastian Kneipp begaben sich ein Dutzend Kinder beim Sommerferienprogramm im Katholischen Kneipp-Kinderhaus St. Walburga in Wassertrüdingen. Bewegung, Ernährung, Pflanzen, geordneter Lebensrhythmus und Wasser sind die fünf Elemente der Kneipp-schen Lehre und dieses Zusammenspiel wurde in praktischer Anwendung von Kneipp-Erzieherin Monika Schubert und Kneipp-Gesundheitstrainerin Christine Tippel, Vorstandsmitglied im Kneipp-Verein Dinkelsbühl, den Kindern vermittelt.

Auf der Wiese der Kindertagesstätte und im Hausgarten der Einrichtung sammelten die Kinder verschiedene Kräuter und die beiden Betreuerinnen erläuterten die Anwendung und Wirkungsweise. Aus diesen Kräutern und weiteren Zutaten wurde ein schmackhafter Kräuterquark von den Kindern hergestellt und mit gekochten Kartoffeln verzehrt. Der „Gute Heinrich“, im Volksmund auch „Wilder Spinat“ genannt, gehörte ebenso in den Quark wie Petersilie, Spitzwegerich, Zitronenmelisse, Dill und sogar Löwenzahn.

Dem gemeinsamen Nachmittag war eine Einstimmung auf die Person Sebastian Kneipps vorausgegangen. Kneipp wurde vor fast 200 Jahren im Oberschwäbischen Stephansried geboren und aus ärmlichen Verhältnissen zu einem berühmten Pfarrer und Hydrotherapeut in Bad Wörishofen. Im Kurort Bad Wörishofen bietet die Sebastian-Kneipp-Akademie ein umfangreiches Ausbildungsprogramm rund um die Lehre des „Wasserdoktors“ an. Nach dieser Hinführung auf Sebastian Kneipp, stellten die Kinder aus den Kräutern auch noch eine wohlriechende Seife her und durften zum Abschluss im Kneipp-Raum der Kindertagesstätte Armgüsse durchführen und zum großen Vergnügen der Kinder Wassertreten. „Richtig warme Füße“ hatten die Kinder nach dieser Anwendung, stellten alle übereinstimmend fest.

Kontakt:

Kneipp-Verein Dinkelsbühl e.V.

Michael Reifenberger

Sonnenstraße 58

91550 Dinkelsbühl

mreifenberger@t-online.de



Vor drei Jahren wurde mit dem Neubau einer Krippe im Katholischen Kneipp-Kinderhaus in Wassertrüdingen auch ein Kneippraum eingerichtet. Die Kinder waren von den Anwendungen begeistert.