

Bericht zur GPV-Fachtagung 2015: 23. bis 25. Oktober 2015 in Bad Wörishofen

An diesem Wochenende trafen sich zur jährlichen Fachtagung wieder GPV-Mitglieder, die sich in Sachen Kneipp-MultiplikatorenInnen weiterbilden wollten. Die GPV-Vorsitzende Maria Rück eröffnete die Tagung, die diesmal zum Thema hatte: Gesundheit liegt im Trend: Frauengesundheit - Männergesundheit.

Der Tagungsabend begann mit dem Vortrag "Ganzheitliche Männergesundheit - wozu?"



Der Referent, Dr. Michael Blessing, Facharzt für Urologie, Männergesundheit & Burnout-Berater, zeigte anschaulich aktuelle Zahlen zur Männergesundheit, sprach über körperliche, soziale sowie psychische Risikofaktoren und vermittelte Ansätze zur Prävention u.a. mit der Kneipp-Gesundheitslehre.

Die nächste Referentin, Dr. Sonja Weißbacher, Dipl. Sozialpädagogin, Gesundheitspädagogin (FH) rundete den Abend ab, mit einer theoretischen Einführung zur Herzintelligenz® und einer praktischen Einführung in die herzfokussierte Atmung.

Mit Worten von Aurelius Augustinus begrüßte die Vorsitzende die Tagungs-Teilnehmenden am Samstagmorgen: "In Dir muss brennen, was Du in anderen entzünden willst" .

Anschließend folgte ein Vortrag mit praktischen Elementen zu "Natürliche Reize für Frauen und Männer", von Ines Wurm-Fenkl, den meisten Teilnehmenden gut bekannt, als SKA-Referentin und Buchautorin. Sie referierte mit viel Fachwissen über die für Sebastian Kneipp wichtige Säftelehre, die Bedeutung des Immun- und Wärmeregulierungssystems sowie die Wirksamkeit von Kneipp-Anwendungen bezogen auf Frauen und Männer



Dr. Manfred Fischer, Apotheker, berichtete anschaulich und kompetent über Frauen- und Männer-spezifische Heil-pflanzen, deren unterschiedliche Wirksamkeiten und Indikationen und sprach auch über Dosierung und Präparatebeispiele.

Der Nachmittag begann mit der Referentin Birgit Meinhardt, Religionspädagogin und Psychotherapeutin, die sich auf Spurensuche begab, zum Thema "Männer sind anders - Frauen auch?". Geschlechterunterschiede von wissenschaftlichen Informationen stellte sie allgemeinen Erfahrungen, Mythen der Wirklichkeit, gegenüber. Resümee: Es gibt Unterschiede, die jedoch nicht verallgemeinert werden können, da es auch immer auf die subjektive Wahrnehmung und Bewertung des Individuums ankommt.

Mit einer abschließenden Einführung in die "Wertschätzende Kurzentzspannung" konnten die Teilnehmenden selbst spüren, wie man sich schnell erholen kann.



Mit viel Schwung ging es dann weiter, mit der Referentin Marianne Anders, Gesundheitspädagogin, zur "Männerfitness - Männer in Bewegung". Sie zeigte lebendig in Theorie und Praxis, auf was es bei reinen Männer-Bewegungskursen ankommt.

Die Einstimmung auf den Sonntag begann mit den Worten von Yogananda:

"Frage nicht, was die Welt braucht.

Frage, was Dich lebendig macht!

Dann gehe hin und tue es!

Denn was die Welt braucht,

sind Menschen, die lebendig geworden sind. "



Danach war innovative Kreativität gefragt, im Workshop "Ideenbörse - Zielgruppe Männer". In Teamarbeit wurden Ideen für Kursangebote zu den Kneipp-Elementen, Kursauschreibung und Werbung gesammelt. Anschließend wurden die Ergebnisse im Plenum vorgetragen, was manchen Lacher auslöste aber auch Aha-Effekte bewirkte.



Die nächste Referentin, Renate Henningsen, Gesundheitspädagogin und Mitarbeiterin beim Fachdienst Gesundheit des Kreises Schleswig-Holstein, hatte zum Thema "Isst Mann anders?" recherchiert. Sie stellte fest, dass es da ganz offensichtliche Unterschiede gibt, in Bezug auf Männer und Frauen. Mit anschaulichen Zahlen präsentierte sie humorvoll die Unterschiedlichkeiten und auch, dass mancher Statistik nicht zu glauben ist. Vieles sollte vor allem inhaltlich hinterfragt werden.



Wie immer ging die Tagung mit interessanten Praxisberichten einiger GPV-Mitglieder zu Ende. Nach der Verabschiedung durch die Vorsitzende konnten die Teilnehmenden bereichert mit viel Fachwissen und motiviert mit neuen Ideen und Anregungen nach Hause fahren.

