

Bericht zum Regionaltreffen Süd, 2016

Am 12. März fand zum 3. Mal das Regionaltreffen Süd, wieder in Ingolstadt statt.

8 Gesundheitspädagoginnen aus Bayern und auch aus Baden-Württemberg kamen zu diesem Treffen.

Maria Rück stimmte uns u.a. mit energetischen Übungen aus dem Qi-Gong ein, um mit neuer Energie in den bevorstehenden Frühling starten zu können.

Beim Programmpunkt "Unterwegs zum Labyrinth gingen wir gemeinsam zum Ingolstädter Labyrinth, am südlichen Donauufer im Klenze-Park. Ingrid Jarosch-Opitz erklärte dazu, dass dieses Labyrinth anlässlich der Landesgartenschau 1992 erstellt wurde und seitdem von einer Gruppe Ingolstädter Frauen gepflegt wird. Die Form der Anlage spiegelt das mittelalterliche Stadtbild Ingolstadts wieder.

Nach einer kurzen theoretischen Einweihung in das "Geheimnis der Labyrinth" konnten wir selbst im Labyrinth unterwegs sein, mit dem Auftrag, aufmerksam zu beobachten und zu fühlen. Bei der anschließenden Gesprächsrunde konnte jede ihre eigenen Erfahrungen mitteilen. Übereinstimmend dabei war die Feststellung des Kontrastes zwischen "Vergangenem" und "Neuem", wie es die Natur derzeit aufzeigt.

Da sich auch das Wetter von seiner sonnigen Seite zeigte, konnten wir diesen Ausflug in die Natur sehr genießen.

Wieder im Seminarraum angekommen, war Zeit für das Mittagessen. An einem liebevoll gedeckten Tisch konnten wir regelrecht dinieren.

Auch für Erfahrungsaustausch in vielerlei Bereichen war Raum, besonders das Thema "Abschied und Trauer" wurde sehr intensiv diskutiert.

Danach referierte Sigrid Holzer anschaulich und interessant über Frühlingskräuter und ihre Verwendung. Sie hatte dazu viele Kräuter zum Riechen, Fühlen und Schmecken mitgebracht. Auch Rezepte aus der Kräuterküche und für leckere Smoothies wurden ausgeteilt. Das regte unsere Sinne an und machte richtig Laune auf die kommende Frühlings- und Sommerzeit.

Abschließend war Gelegenheit zur Diskussion u.a. zum Thema "ZPP" (Zentrale Prüfstelle Prävention) und die diesbezügliche recht umfangreiche Registrierung für KursleiterInnen. Das erhitzte regelrecht die Gemüter und alle waren sich einig, dass dies keine Verbesserung bedeutet, sondern viel Aufwand und wenig Nutzen bringt.

Mit vielen guten Erfahrungen endete der gelungene Tag.

Erstellt: Maria Rück

NS: Vielen Dank an Sigrid Holzer für die Unterstützung für das Regionaltreffen.