

„Umgang mit Menschen mit einer Demenz“

Informationsveranstaltung am 01.03.2013 im Haus des Gastes

Die Zahl der an Demenz erkrankten Personen nimmt rapide zu, da die Menschen immer älter werden.

Demenz ist aber in der Öffentlichkeit immer noch ein Tabuthema. Viele Angehörige, Pflegende und Betreuer verstehen manche Verhaltensweisen dieser erkrankten Menschen nicht richtig, die in ihrer individuell ganz eigenen Welt leben.

Der Verein „Birkenzweig e. V.“ lädt alle Mitbürgerinnen und Mitbürger herzlich zu einer Informationsveranstaltung zu diesem Thema am **Freitag, dem 01.03.2013, um 18:30 Uhr** in das Haus des Gastes in die Strelitzer Straße 42 ein.

Frau Beate Böser, Diplom-Medizin-Pädagogin und Krankenschwester, berichtet zu dieser Thematik aus ihrer praktischen Berufserfahrung. Sie zeigt Lösungsansätze, wie man Vertrauen zu Menschen mit einer Demenz aufbauen und dadurch den Alltag besser meistern kann. Die Informationsveranstaltung soll aufklären und helfen, sich in die Erlebniswelt eines Demenzen hineinzusetzen.

Im Anschluss an die Veranstaltung wird zu einer Frage- und Diskussionsrunde eingeladen.

Platzreservierungen über das Kontaktbüro von Birkenzweig e. V., Tel.: 039831 25034 oder über info@birkenzweig-urlaub.org



Mit Kneipp aktiv und gesund bleiben - ein ganzheitliches Angebot für Körper, Geist und Seele

Die Kurverwaltung der Gemeinde Feldberger Seenlandschaft möchte in den nächsten Ausgaben des kiek rin gerne praktische Aspekte des Themas Kneipp aufgreifen. Sie werden hier Grundsätzliches und Praktisches, Fakten und Tipps rund um den Lebensstil nach Kneipp finden, den die Kneipp-Bewegung deutschlandweit verbreitet.

Experten haben Kneipps Theorien nach seinem Tod in **fünf Elemente** gegliedert, um das vielseitige und umfassende Naturheilverfahren zu erfassen und weiter zu entwickeln. Die Elemente

- **Wasser**
- **Bewegung**
- **Ernährung,**
- **Heilpflanzen** und
- **Lebensordnung** sollen in den nächsten Ausgaben erläutert werden, da diese nur zusammen angewendet einen Sinn ergeben.

Wir beginnen heute mit der Erläuterung zum Thema **Wasser**: Das Heilen mit Wasser, auch Hydrotherapie genannt, ist eines der ältesten Naturheilverfahren. Ein großer Pionier auf diesem Gebiet war und ist bis zum heutigen Tag Sebastian Kneipp (1821

- 1897), der als Wasserheiler weit über seinen Wirkungskreis Bad Wörishofen hinaus bekannt und geschätzt wurde.

Kneipp ist aber nicht der Erfinder der Wasserheilkunde, sein großer Verdienst war die Verfeinerung und Erweiterung der ursprünglich sehr reizstarken Wassertherapie.

Heute würde man sagen, er erkannte, dass die Beachtung der Konstitution eines Menschen der Schlüssel für eine erfolgreiche Behandlung ist und dass auch sanfte Anwendungen helfen können. Aus dieser Beobachtung heraus entwickelten sich sanfte Wasseranwendungen wie beispielsweise Waschungen, Teilbäder, Güsse oder die bewährten Wechselanwendungen.

Kneipp stellte immer den ganzen Menschen in den Vordergrund. Sein Wissensschatz zeichnet sich durch eine beeindruckende Harmonie in seinem ganzheitlichen Ansatz aus. Eine wohltuende Wirkung nur über den Einsatz der Wassertherapie zu erreichen, fand er nicht ausreichend. Im Mittelpunkt stand der bewusste und richtige Umgang mit natürlichen Reizen wie Licht, Luft, Sonne, Wasser und Heilpflanzen.

Wasser dient als idealer Temperaturträger und stellt einen optimalen Vermittler von Wirkstoffen und Reizen dar. Außerdem ist Wasser bester Leiter von Wärme und Kälte, denn seine Leitfähigkeit ist um ein Vielfaches besser als die Luft. Anwendungen mit kaltem oder warmem Wasser wirken dadurch wesentlich intensiver auf den Körper als die trockene Wärme oder Kälte wie durch Wärmflasche oder Eisbeutel.

Die Anpassungs- und Reaktionsfähigkeit des Organismus wird besonders an der Gefäßreaktion deutlich. Auf thermische Reize reagieren insbesondere Kreislauf, Stoffwechsel, Nervensystem und Drüsen. Wasserreize können anregend als auch beruhigend wirken. Wasserreize haben eine tiefgreifende Wirkung auf gesundheitserhaltende Körpersysteme. Ziel der Wasseranwendungen ist an erster Stelle ein verbessertes Körpergefühl und eine verbesserte Durchblutung.

Quelle: Kneipp-Bund

Wer sich für Kneipp-Anwendungen begeistern kann, wird sich auf fundiertes und bewährtes Wissen mit wissenschaftlich nachweisbarer Wirkung verlassen können. Anfangs kostet es etwas Überwindung, doch schon nach wenigen richtig gewählten Anwendungen werden auch Sie von den überaus positiven Wirkungen dieser Reiztherapie begeistert sein, die jeder Mensch ob jung ob alt- in seinen Tagesablauf einbauen kann

Ihre Kurverwaltung Feldberger Seenlandschaft

Kneippanwendung des Monats Februar

„Barfuß durch den Schnee“



Im Winter wird das Immunsystem auf eine harte Probe gestellt. Vater Kneipp entdeckte, dass kaltes Wasser dem Menschen gut tut. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass in Maßen genossene Temperaturwechsel die Abwehrkräfte des Körpers stärken.

Doch was tun, wenn die Kneipp-Becken die kalte Jahreszeit über abgepumpt werden? Schneetreten - so heißt die neue Alternative zum Wassertreten. Diese Kneippische Variante erfreut sich stets größer werdender Beliebtheit. Die schneebedeckten Wiesen stellen eine kostenlose und einfache Wellness-Oase dar, wenn man sie nur richtig zu nutzen weiß.

Schneetreten ist eine kurze, aber wirkungsvolle Angelegenheit. Anfänger sollten den Schneemarsch nicht länger als eine Minute genießen - andernfalls könnte man sich aufgrund mangelnder Abhärtung einen deftigen Schnupfen einfangen oder sich gar Erfrierungen zuziehen.