



besser leben

Verein für gesunde Lebensstile und
Primärprävention – besser leben eV

Ihr Partner für gesundes Leben Veranstaltungsbericht

Kräuter schmecken und begreifen

Tag der Nachhaltigkeit:
„besser leben“ lädt sehbehinderte und blinde Kinder ein

Bad Nauheim, Gesundheitsgarten.

Gegen Kopfweh zerreiße man ein Pfefferminzblatt auf der Stirn – das kann helfen. Diese und andere Infos aus der Welt der Kräuter erhielten blinde und sehbehinderte Schüler der Johann-



Peter-Schäfer-Schule jetzt im Bad Nauheimer Gesundheitsgarten. Im Gegenzug verrieten die jungen Leute, wie tauglich die Braille-Schrift auf den Schildern ist.

Die Sonne scheint, die Sole rieselt über den Schwarzdorn des Gradierbaus II im Gesundheitsgarten. Vergnügtes Stimmengesumm erklingt, während sich eine 15-köpfige Gruppe der Johann-Peter-Schäfer-Schule (Friedberg) zu den duftenden Beeten des Kneipp-Kräutergarten bewegt. Mit von der Partie sind blinde und sehbehinderte Kinder und Jugendliche, sowie Rehabilitationslehrer und Betreuer, die sich anlässlich des Tags der Nachhaltigkeit angemeldet haben. Am Donnerstag wurde das Ereignis hessenweit zelebriert, so auch im Gesundheitsgarten mit der Veranstaltung „**Gesundheit stärken mit Heilkräutern – Riechen, Fühlen, Erleben**“. Eingeladen hat der Bad Nauheimer Verein „besser leben“, dessen Vorsitzende Siegrid Bourdin sich über den Besuch freut. „Es ist das dritte Mal, dass wir beim Tag der Nachhaltigkeit mitmachen“, schildert sie. Dem Verein sei die zweijährlich terminierte Aktion wichtig, da sie das Leben insgesamt und auch die Pflege der eigenen Gesundheit betreffe. „Die Johann-Peter-Schäfer-Schule haben wir eingeladen, da wir den Schülern die Kräuter und die Schilder mit der Braille-Schrift zeigen wollen“, schildert Bourdin. Von ihr stammt die Idee zu dieser Beschriftung, denn es sei wichtig, allen Menschen die Teilhabe zu ermöglichen. Bei der Realisierung halfen unter anderem fachkundige Partner der Johann-Peter-Schäfer-Schule.



Für die Gruppe nun steht Kräuterfachfrau Barbara Skarupke bereit, die schon viel Erwachsenenbildung gemacht hat und regelmäßig auch in Schulen und Kindergärten geht.

„Mit Sehbehinderten zu arbeiten, reizt mich besonders, denn hier kommen Haptik, Geruch und Geschmack ganz anders zum Tragen“, lächelt sie. Man könne alles fragen – „was ihr wollt“, begrüßt sie die Ankömmlinge, ehe sie als erstes den Schnittlauch zeigt. „Cool, darf man das essen?“, fragt ein Mädchen. Skarupke nickt. „Ein sehr aromatisches Kraut, davon sollten wir viel in dieser Jahreszeit essen.“ Eine 11-jährige geht zum Schild, um die Blindenschrift zu testen. „Ist es ordentlich beschriftet, ist es ohne Fehler?“, erkundigt sich eine Betreuerin interessiert. Das Mädchen nickt: „Ja.“ Auch Ringelblume, Spitzwegerich, Schafgarbe und Pfefferminz kommen unter anderem an die Reihe. Mit Pfefferminzblättchen könne man Apfelsaft verfeinern, so Skarupke, aber auch bei Kopfschmerzen einsetzen. „Man reibt die Blätter über die Stirn, und dann kann es sein, dass die Schmerzen weggehen.“ Gespannt hören die Kinder zu. Laut Lehrer Jürgen Gruber hätten sie, als das Angebot mit dem Gesundheitsgarten kam, spontan gesagt: „Ja, da machen wir mit.“ Bourdin ist über den Erfolg zufrieden, „es freut mich, dass die Kinder so offen sind und Spaß daran haben“.

Info-zum Verein:

Der Verein „besser leben“

Der Verein besser leben ist ein Zusammenschluss ganzheitlich denkender, nachhaltig in der Selbsthilfe tätigen Personen in der Stadt Bad Nauheim und des Wetteraukreises. Die Akteure sehen die Prävention als eigenständige Säule neben der Akutbehandlung, der Rehabilitation und der Pflege.