

Wellness für Polios im Bündnerland

Wir durften im Hotel Seebühl in Davos ein Jubiläumsjahr (Jubiläumslager) geniessen, denn wir kamen zum 10. Mal zu einer derartigen Woche zusammen. Von dieser kann ich in allen Teilen nur das Beste berichten! Die Gruppe war wie eine Grossfamilie, in der man einander hilft, wo es eben gerade nötig ist.

Margrit, Verena und Martin hatten gezielt Therapien ausgewählt, auf welche wir Menschen mit Polio-Spätfolgen besonders gut ansprechen. Wir empfanden sie als wunderbar.



Was bedeutete für uns «Wellness»? Sich während einer Woche verwöhnen lassen mit:

- angemessener, guter Ernährung,
- zweimal Baden unter kundiger Leitung im Reha-Zentrum Davos-Clavadel,
- Feldenkrais/Akupunktur/Atem-, Augen-, Farb- und Maltherapie,
- Singen und musizieren mit Orff- und Perkussionsinstrumenten,
- täglich einer oder zwei wunderschönen, gehaltvollen Geschichten von Margrit hören,
- Verweilen am stillen Davosersee während der wettermässig schönsten Woche des Sommers,
- verschiedenen Spielen, Lotto und zwei 500er-Puzzles, welche in Gemeinschaftsarbeit fertiggestellt wurden.

Für uns ältere Menschen war es eine rundum wunderschöne Woche, von der wir in der Erinnerung wohl noch lange zehren werden. Es war auch besonders schön, dass Thomas Lehmann als «Kursteilnehmer» unter uns sein durfte, von Kursleiter- und Beratungsverpflichtungen ganz befreit. Herzlichen Dank allen, die uns durch diese Woche begleitet haben. Wir sind tolle Menschen!

■ Annamarie Laager



Davos – 20. bis 27. August:
«Lebenskünstler ist, wer seinen Sommer so erlebt, dass er ihm noch den Winter wärmt.»