



Die Erzieherinnen Simone Klenner und Martina Suchy mit (von links) Kim, Ceylin, Florence und Cahit Lydia-Kinderhaus. Foto: Sabine Schulze

Täglich Wassertreten oder Kniegüsse

Lydia-Kinderhaus ist die erste Bielefelder Kneipp-Kita

Bielefeld (sas). Kleine Wasserschalen in Kniehöhe für die Kinder, große Schüsseln in Bauchhöhe für die Erwachsenen. Und dazu eine Anleitung, wie Armbäder nach Pfarrer Sebastian Kneipp anzuwenden sind: Im Lydia-Kinderhaus konnte jeder einmal ihre Wirkung ausprobieren.

Die Kita der Lydiagemeinde ist am Wochenende als Erste in Bielefeld ganz offiziell als Kneipp-Kita zertifiziert worden. Begangen wurde das mit einem großen Fest, das durch einen Open Air-Gottesdienst eröffnet wurde. »Noch vor einigen Tagen hätte ich nicht geglaubt, dass wir auf der Wiese feiern können«, freute sich Regina Gardian, Leiterin des Lydia-Kinderhauses, über die passenden Rahmenbedingungen. Das Thema Wasser stand natürlich auch im Gottesdienst von Pfarrer Christoph Steffen im Mittelpunkt. »Es ist wichtig und unabdingbar für das Leben.« Mit den Kindern pflanzte er eine Kapuzinerkresse im Topf und will nun das Wachsen begleiten. Die Lust am Planschen konnten die

Schützlinge der Kita schon seit Jahren auf einer Wasserbahn ausleben. Vor zwei Jahren haben die Erzieherinnen dann begonnen, sich intensiver mit dem Konzept von Kneipp zu befassen und durch die Bank an einem Fortbildungslehrgang teilgenommen. Und jetzt war es so weit: Auch das Außengelände – mit Spielwiese, Schwungtuch und viel Gebüsch, durch das verschlungene Pfade führen – ist entsprechend ergänzt worden.

Es gibt nun ein Becken zum Wassertreten, an dem zugleich einige Kräuter wachsen: Auch sie sind Teil des Gesundheitskonzeptes von Kneipp. »Der Weg zur Gesundheit führt durch die Küche, nicht durch die Apotheke«, sagte er. »Mit der Minze und der Zitronenmelisse machen wir unser Trinkwasser schmackhafter«, erklärte Erzieherin Martina Suchy. Und wie Salbei, Zitronenthymian, Baldrian und Lavendel riechen, können die Stadtkinder auch erschnuppern. Oder eigene Petersilie für die Zubereitung von Kräuterbutter ernten. Um

ihre Sinne zu sensibilisieren und zu wecken, verläuft neben dem Kneipp-Becken zudem ein Sinnespfad. Mit bloßen Füßchen lässt sich der Unterschied im Laufen auf Kiesel, Sand, Holzscheiben, kleinen Kugeln oder Filz ertasten.

Heilpflanzen, gesunde Ernährung, Bewegung und Wasser sind vier der Kneippischen Säulen. »Bei uns können die Kinder täglich wählen zwischen Arm- und Fußbädern, Kniegüssen, Wassertreten, Luftbädern und Schneelaufen – je nach Wetterlage«, sagte Regina Gardian. Als fünftes Element kommt »Lebensordnung«

hinzu: »Innere und äußere Ordnung ist für Kinder sehr wichtig.« In einer unüberschaubaren Welt geben Rituale, Struktur und regelmäßige Abläufe am Tag und »übers Jahr« Orientierung. Der Nachwuchs hatte jedenfalls seinen Spaß – beim Duftmemory, bei den Armbädern und beim Wassertreten. Auch wenn Florence erst nur zaghaft den großen Zeh ins noch frische Nass tauchte.

»Mit der Minze und der Zitronenmelisse machen wir unser Trinkwasser schmackhafter.«

Erzieherin Martina Suchy