

Exkursion +++ Projekt +++ Heilgymnastik +++ Usedom +++ Kaiserbäder +++ Gemeinschaftserlebnis

Zeitreise

Projektbericht Exkursion nach Usedom **Daniel Klamm**

AUF EINEN BLICK

Eine Klassenfahrt sollte immer eine Mischung aus Gemeinschaftserlebnis und Lernstoffvermittlung sein. Für eine Reise an die Ostseeküste in die sogenannten Kaiserbäder hat sich der Autor, Dozent einer Physiotherapieschule in Bad Bevensen, zunächst mit den Schülern über das Berufsbild auseinandergesetzt; aber auch die örtlichen Gegebenheiten und der historische Bezug sollten mit einbezogen werden. Lesen Sie, wie die Integration bei den Schülern ankam.

Heilgymnastik

»Das ganze organische Leben beruht auf dem Stoffwechsel, welcher nur durch allzeitige Körperbewegungen normal zu erhalten ist.

Je mehr der Stoffwechsel durch körperliche Bewegung angeregt wird, je mehr wird das Leben an Frische, Kräften und Dauer gewinnen und desto mehr wird Krankheit und Siechtum ferngehalten und gehoben.« (1).

Diese und ähnliche Gedanken waren hier und andernorts dafür ausschlaggebend, dass sich ständig weiter vertiefende Grundsätze für physiotherapeutische Behandlungsverfahren entwickelten.

Die Kaiserbäder

In einem Brief an seine Frau Emilie schrieb Theodor Fontane 1863 bei seinem Aufenthalt auf Usedom: »... man hat Ruhe und frische Luft und diese beiden Dinge wirken wie Wunder und erfüllen Nerven, Blut, Lungen mit einer stillen Wonne.«

Usedom ist die zweitgrößte deutsche Insel mit weißem, steinfreiem Sandstrand. Dieser Strand ist mit 8,5 Kilometern die längste Strandpromenade Europas und Deutschlands Spitzenreiter in der Sonnenscheindauer mit 1.906 Stunden pro Jahr. In Swinemünde – heute »Swinoujście« – gab es eine der ersten »Rehakliniken« für Atemwegser-

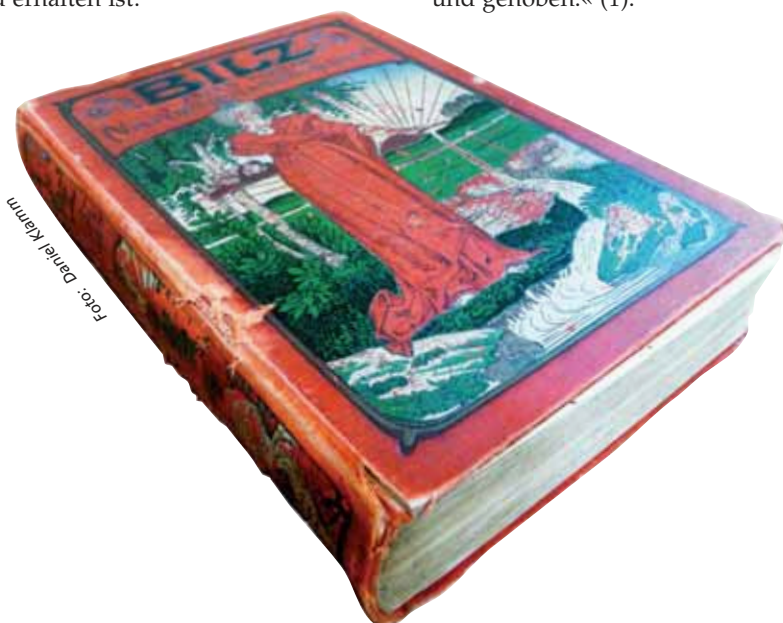


Abb. 1_Das Buch über Naturheilverfahren mit vielen heilgymnastischen Übungen (1)