

Riechen, schmecken, hören, sehen und tasten

stimme.de

Von Barbara Barth

Oberstenfeld Sonne, Sonntag, Sinnenreize. Für den ersten Walderlebnistag in Oberstenfeld hat sich Naturparkführerin Sabine Rücker den prächtigsten Tag des langen Wochenendes ausgesucht. Scharen von Familien pilgern zur Krugeiche, dem besonderen Waldspielplatz der Gemeinde. Auf dem schönen, großzügigen Areal ist zu jeder Jahreszeit Spielen, Toben, Chillen angesagt. Mit dem Bollerwagen kommen Familien zu den verschiedenen Grillplätzen, die Kinder schaukeln und turnen an den Geräten, schießen Tore. Diesmal aber können sie noch auf einem Parcours die Sinne schärfen: Wie riecht der Wald? Wie Bärlauch, Waldmeister und Tanne? Wie fühlen sich Bucheckern an? Wie alt ist dieser Baum? Die Geheimnisse des Waldes sind vielfältig. Unter seinem frühlinggrünen Blätterdach haben die Veranstalter kleine Stationen aufgebaut. Hier verführt das Netzwerk Bottwartäler Frauen die Kinder zum Filzen bunter Blumen, dort basteln sie mit Feuereifer unter der Anleitung ehrenamtlicher Helfer Waldgirlanden aus Zapfen, Stöckchen und bunter Schafwolle. Wünsche An einen Gute-Wünsche-Baum hängen die Besucher bunte Kärtchen mit ihrem geheimen Begehrt. Während sich Sabine idealistisch "Sonne im Herzen" ersehnt, ist Lukas viel pragmatischer: "Ich wünsche mir einen Lego-ICE-Zug" hat er geschrieben. Ob er erhört wird? Andrang herrscht bei Evelyn Käuflin. Die Auftragsmalerin und Kunsttherapeutin lässt die Kinder Waldbilder gestalten. "Welchen Stock möchtest du bemalen?", fragt sie Lisa. Die Vierjährige sucht sich einen ordentlichen Holzknüppel aus, bekommt ein Hemd angezogen, und los geht's. Welche Farbe zuerst, welche dann? Lisa hat eine ziemlich genaue Vorstellung von dem, was sie später in ihrem Zimmer aufhängen will. Weiß-Rot-Blau-Türkis. In der Sonne trocknet die Acrylfarbe schnell. Stolz zieht die kleine Künstlerin mit dem Werk von dannen. "Malen und Gestalten

sind wichtige Hilfsmittel in der psychologischen Beratung", sagt Käuflin. Die kreative Beschäftigung öffne jeden Menschen, sensible Kinder wie demente Senioren. Um Natur geht es auch bei Nicole Sach und Ute Bernhard. Die Coaches arbeiten am liebsten im Wald. Die Beilsteinerin Sach findet: "Alles, was im Wald ist, arbeitet mit positiven Einflüssen." Der Wald kommuniziere mit dem Immunsystem, fördert Selbstvertrauen und Zutrauen. "Wer mit einer konkreten Frage in den Wald geht, bekommt eine Antwort." Mit ihrer Hilfe. Die Oberstenfelderin Ute Bernhard lässt beim Erlebnistag in Hängematten entspannen. Ansonsten fördern eineinhalbstündige Waldspaziergänge in Gruppen die Konzentration auf die fünf Sinne: Riechen, schmecken, hören, sehen und tasten. Atemübungen beeinflussen die Konzentration: Zwei Schritte einatmen, drei Schritte ausatmen. Entspannung durch Bewegung. Behindertengerecht Auch Bürgermeister Markus Kleemann will sehen, wie dieser erste Erlebnistag läuft. Er ist stolz auf den gemeindeeigenen Waldspielplatz Krugeiche. "Die Leute kommen nicht nur aus Oberstenfeld, sondern von weiter her", hat er festgestellt und hört Lob von allen Seiten. Dass der Platz auch noch behindertengerecht mit dem Rollstuhl und bequem mit Kinderwagen anzufahren ist, macht den Erlebnistag zu einer inklusiven Veranstaltung. Weitere Termine Der Naturpark Schwäbisch-Fränkischer Wald, in dem auch Oberstenfeld Mitglied ist, wird in Zukunft in den Genuss mehrerer Veranstaltungen kommen. Sprecherin der Naturparkführer, die sich vor zehn Jahren als Verein gegründet haben, ist Sabine Rücker, die von Obersulm-Weiler nach Prevorst umgezogen ist. Deshalb wird sie sich auch um Touren und Aktionen rund um ihren neuen Wohnort kümmern. Neun Veranstaltungen sind im Flyer "Waldsinn 2017" aufgelistet: 4. Mai: Waldsinn am Abend mit Ute Bernhardt, 19 Uhr, Krugeiche, 15 Euro; 30. Juni: Waldsinn am Morgen mit Ute Bernhardt, 10 Uhr, Krugeiche, 15 Euro; 28. Juli: Trommeln am Lagerfeuer mit Sabine Rücker und Ute Bernhardt, 19 Uhr, 15 Euro. Anmeldung Telefon 07194 9548545.