

Praxis Kunterbunt – Ergotherapie in Salem



Unsere Sinne begleiten uns durchs ganze Leben. Sie prägen unser Bild von uns selbst und unserer Umwelt. Doch was passiert, wenn sich Störungen einschleichen, Wahrnehmung und Körperspannung eingeschränkt sind, Konzentrationsschwächen auftreten, Lernschwierigkeiten sich breit machen und soziale Kontakte erschwert sind? Kurz: Wer kann Kindern helfen, die „aus dem Lot“ geraten sind? Die Ergotherapeutinnen in der Salemer „Praxis Kunterbunt“ bieten die Hilfe, die gestresste Familien brauchen, um wieder gut und leicht miteinander umgehen zu können. Die „Praxis Kunterbunt“ befasst sich mit der individuellen Förderung des Kindes im Rahmen seiner Familie.

Im Gegensatz zum Alltag wird hier nicht getestet, einsortiert oder bewertet. Jeder darf so sein, wie er eben ist. Keiner schimpft, keiner macht Druck, keiner hänselt: Im Schutzraum der Ergotherapie-Praxis kann ohne Konkurrenz- und Leistungsdruck gelernt werden. Und lernen – davon sind Sabine Nini und ihre beiden Kolleginnen Bettina Giebler und Stefanie Buchele überzeugt – tun alle Kinder gern. Vielen ist nur die Freude daran verlorengegangen. Sie leiden unter psychomotorischen Schwierigkeiten, an einer sinnesbedingten Entwicklungsverzögerung oder an Lernblockaden. Die Umwelt leidet mit und weiß oft nicht um die Zusammenhänge, die den Alltag unnötig erschweren. Hier setzen die Ergotherapeutinnen an: Gemeinsam werden alltagsorientierte Handlungsstrategien erarbeitet und in die Praxis umgesetzt.

„Fortschritte in der Therapie machen alte Muster oft komplett überflüssig. Dann braucht die ganze Familie unsere Unterstützung bei der Veränderung“, beschreibt Sabine Nini den spannenden Prozess einer Ergotherapie für Kinder. Die Eltern werden in jeder Phase mit einbezogen: Fundierte Aufklärung über die kindliche Entwicklung und konkrete Hilfsangebote gibt es in separaten Gesprächen mit Mutter und Vater. Oftmals ist es nur eine Kleinigkeit, sind es Struktur und Regeln im Tagesablauf, die erkannt und benannt werden. Kein Problem für die engagierten Ergotherapeutinnen, die alle Beteiligten genau dort abholen, wo sie gerade stehen.

Den ganzen Menschen zu erfassen, davon gehen Sabine Nini und ihre Kolleginnen aus, ist eine der Voraussetzungen für eine gelin-



gende Therapie. Doch was heißt das konkret? „Es geht darum, die Selbstständigkeit des Kindes wiederherzustellen“, erklärt die von ihrem Beruf begeisterte Ergotherapeutin im Elternsprechzimmer, das neben einem Handwerksraum, einem Spiel- und einem Bewegungsraum sowie einem Wartezimmer die alle Sinne ansprechende „Praxis Kunterbunt“ bildet. Die assoziative Nähe zu Pippi Langstrumpfs Heim ist gewollt: In dieser farbig-fröhlichen Umgebung können sich Kinder und ihre Eltern in einem heiteren Schutzraum wohlfühlen, können sich öffnen und miteinander einen Weg finden. Einen Weg, der zu einer stabilen Balance zwischen Selbstbehauptung und Anpassung führt. Und zu einem stabilen neuen Beziehungsgeflecht. Dazu gehören Aufmerksamkeit und Fingerspitzengefühl. Miteinander einen Weg zu finden – keine leichte Aufgabe. Aber eine, die sich lohnt, das erfährt Sabine Nini immer, immer wieder.

PRAXIS KUNTERBUNT

SABINE NINI

Neufracher Straße 8
D-88682 Salem

Telefon 00 49 (0) 75 53 / 91 72 77

Telefax 00 49 (0) 75 53 / 91 72 99

www.praxiskunterbunt.de

X-well Crossover Wellness



Das Ziel ist: mehr Bewegung im Leben. Der Weg dorthin ist persönlich und wird kompetent begleitet. Anne-Kathrin Walek füllt mit ihrem Studio „X-well Crossover Wellness“ in Überlingen eine Lücke. Der Blick aus den Räumen im 1. Obergeschoss des historischen Zeughauses an der Uferpromenade ist traumhaft, die Betreuung familiär. Anne-Kathrin Walek steht mit ihrer ganzen Persönlichkeit für das eigene Konzept aus Personal-Fitness-Training und Kursen rund um Bewegung, Ernährung und Gesundheit.

Die üblichen Fitness-Geräte sucht man hier vergeblich. Anne-Kathrin Walek baut seit über fünf Jahren auf ein anderes, ein persönliches und individuelles Programm für Fitness und Gesundheit: „Es geht darum, den eigenen Körper zu erleben, zu erfahren und zu erspüren“, sagt die Diplom-Fitness-, Wellnesstrainerin (IST) und Personal-Fitness-Trainerin (VaPT). In ihrem Institut fühlen sich Menschen wohl, die jenseits großer Studios ihren ganz eigenen Weg zu mehr Bewegung im Leben finden wollen. Das kann nach Wahl die persönliche Einzelbegleitung im räumlich und zeitlich flexiblen „Personal Fitness Training“ sein oder die Teilnahme an einem der vielen Gruppenangebote wie Pilates, Bodyforming, BodyArt, Rückenschule und -fitness, Beckenbodentraining, Yoga und Stretching. Ernährungsberatung ist ein wesentlicher Bestandteil des maßgeschneiderten ganzheitlichen Wohlfühlprogramms. In einem 13-wöchigen Kurs lernen die Teilnehmer in mehreren Phasen, wie sie die optimale Nährstoffkombination für sich finden und ihre Ernährung umstellen können. Auch hier spielt Bewegung eine entscheidende Rolle.

Am Beginn jedes Trainings steht die Anamnese – Wo steht der Kunde? Wo möchte er hin? – und eine Messung der Körperzusammensetzung nach Fett-, Muskel- und Wasseranteil. Diese Parameter bestimmen den individuellen Trainingsplan, der gerne erst einmal in einer Probestunde getestet werden kann. Danach sind die Termine frei vereinbar, es gibt keine Mitgliedschaft, sondern Fünfer- und Zehner-Karten, die im „geschützten Raum“ des Studios eingelöst werden können. Zwischen 30 und 70 Jahre alt sind die Kunden von „X-well Crossover Fitness“; jede und jeder kann in kurzer Zeit an sich selbst spüren, wie sich Körper und Einstellung verändern.



Mit der unkomplizierten und hoch effizienten Komplettlösung „miha Bodytec®“ hat sich Anne-Kathrin Walek darüber hinaus ein Gerät ins Studio geholt, mit dem man in kürzester Zeit hervorragende Resultate bei Muskelaufbau, Rückentraining, Kräftigung des Bindegewebes, Hautstraffung und Fettabbau erzielen kann. Wissenschaftliche Studien belegen herausragende Ergebnisse in den unterschiedlichsten Anwendungsbereichen. Der Erfolg ist nicht nur sichtbar, sondern auch objektiv messbar – und das bei einem Zeitaufwand von zweimal 20 Minuten pro Woche. Auch die „miha Bodytec®“-Anwendungen sind als Einzelstunde oder im Fünfer- und Zehnerpack buchbar.

X-WELL
CROSSOVER WELLNESS

ANNE-KATHRIN WALEK

Zeughausgasse 2
D-88662 Überlingen

Telefon 00 49 (0) 75 51 / 93 83 86

Telefax 00 49 (0) 75 51 / 93 79 46

www.x-well.de