

Kranke Kinder kochten für Eltern Kürbissuppe

Kurs mit Kinderstern-Köchin gehörte zu einem Seminar der Weimarer Selbsthilfegruppe Down-Syndrom

„Weimar. Bei einem sogenannten Achtsamkeitsseminar für die Eltern der Selbsthilfegruppe „Eltern von Kindern mit Down-Syndrom“ haben die Kinder selbst und ihre Geschwister am Samstag in der Schöndorfer Schule der Fantasie für sich und ihre Eltern freien Lauf gelassen. Geleitet hat das von der Krankenkasse AOK unterstützte Elternseminar Diplom-Psychologin Anna-Maria Steyer aus Jena. Zeitgleich wurden die Kinder von Kinderstern-Köchin Anja Ungermann betreut und angeleitet, eine Kürbissuppe zu kochen und ein kleines Buffet zu gestalten. Marlene, ein 14-jähriges Mädchen mit Down-Syndrom, erzählte im Anschluss ganz stolz: „Das Kochen war cool, ich möchte das noch mal machen“, wünschte sie sich.

Gruppe zählt mit Kindern bis zu 50 Teilnehmer

Der Selbsthilfegruppe gehören Eltern mit Kindern an, die an Down-Syndrom leiden. Angeschlossen haben sich aber ebenso Mütter und Väter, die mehrfach behinderte Kinder haben. Die Gruppe existiert seit mehr als zehn Jahren. Zurzeit zählt sie etwa 15 Familien, mit den betroffenen Kindern und deren Geschwistern steigt die Zahl der regelmäßigen Teilnehmer auch locker auf 50 Menschen.

Initiatorin des integrativen Seminars ist die Leiterin der Selbsthilfegruppe, die am Down-Syndrom erkrankt ist, war stolz und zufrieden, in Schöndorf mitgekocht zu haben.



Das ist nicht zu übersehen: Die siebenjährige Penelope, die am Down-Syndrom erkrankt ist, war stolz und zufrieden, in Schöndorf mitgekocht zu haben. Foto: privat

Im Seminar Anregungen bekommen, auf meine innere Stimme zu hören und selbstbewusst Änderungen zugunsten der Zufriedenheit aller einzuleiten“, berichtete hinterher eine Mutter.

Nach dem gemeinsamen Mittagessen wurden alle Kinder von der diplomierten Musikpädagogin Vasiliki Psyrta an das Thema „Elementare Rhythmik“ herangeführt und konnten frei experimentieren, während die Eltern im Seminar Anregungen bekommen, den Alltag bewusst entspannter zu gestalten, sich Ruhe-Inseln einzurichten und mit einfachen Änderungen große Wirkung zu erzielen.

mar. Kontakt: selbsthilfegruppe-downsyndrom@gmail.com