

## Wilhelminenspital, Wien: Gesundheitstag: 3 aus 23

Der bereits vierte Gesundheitstag der Pflegeschule am Wilhelminenspital war für rund 300 TeilnehmerInnen ein Ereignis – 23 sportliche, kreative, entspannende, humorvolle und kulinarische Elemente standen zur Auswahl.



... nach Capoeira, der brasilianischen Kampf-Tanz-Akrobatik (Bild li.) wünschten sich einige einen (fehlenden) Lift um in das Erdgeschoß zu gelangen...

... für viele war der Tag zu kurz oder manche Kurse zu rasch ausgebucht: Trauben von Mädchen bildeten sich vor dem Raum wo der Football-Staatsmeister aus Estland einen Einsteigerwork-

shop abhielt...

... der mexikanische Salsa-Trainer infizierte viele mit der Lust am Tanz (Bild u.)...

... Therapeutic Touch war innerhalb weniger Minuten ausgebucht...

... der Trend hin zu meditativen Veranstaltungen zeigte sich bei Hatha-Yoga, Kraftquelle Atem, Lachjoga, Tai Chi und Qi Gong und es mussten sogar zusätzliche Workshops eingeschoben werden...

... die Rhythmen der Power-Drums und der Beatboxx mit dem „österreichischen Mick Hucknall“ faszinierte nicht nur die TeilnehmerInnen, auch der Kurzschlaf im Napping-Room wurde dadurch vertieft...

... Krav Maga Maor – magische Worte für ein Selbstverteidigungssystem, das zB. bei aggressiven Patienten nützlich sein kann...

... die Kooperation mit dem Kunstteller Payer war ein voller Erfolg: im vollen Atelier sprudelte es nur so von Kreativität...



Für das Mittagsbuffet zeichnete die Fachschule für wirtschaftliche Berufe Dörfelstraße verantwortlich – praktischer Kochunterricht in unserer Küche – gelebte Schulpartnerschaft! Getränke und Snacks stellten Sponsoren zur Verfügung, der Coffee-Corner und das Teehaus war ein beliebter Treffpunkt um zwischen den Veranstaltungen zu chillen.

Diesen Event betrachten wir als gelebte und erlebte Gesundheitsförderung mit dem Ziel, Lust am „Gesund sein“ zu wecken und Möglichkeiten aufzuzeigen, aus denen sich jeder Einzelne die für ihn Beste aussuchen kann. Nachhaltige Effekte solcher Veranstaltungen lassen sich bei Jugendlichen, der Altersgruppe der sog. „Kulturveränderer“ erst viel später erkennen - doch wir sind uns bereits jetzt sicher, dass diese Freudentränen, Lachkrämpfe, Schweißperlen und Genussmomente in die Zukunft reichen werden ( [www.wienkav.at/kav/ausbildung/allgemein/wil/](http://www.wienkav.at/kav/ausbildung/allgemein/wil/) ).

Gerald Handl, MSc