

Selbsthilfegruppe im Tierpark Stendal

Am 09. Juli 2025 unternahm die Selbsthilfegruppe der Rheuma-Liga einen Ausflug in den Tierpark Stendal. Das Wetter zeigte sich von seiner besten Seite, was den Nachmittag zu einem angenehmen Erlebnis für alle Teilnehmer machte.

Zuerst wurde die Frage geklärt: Warum ausgerechnet ein Tierparkbesuch?

Der Tierparkbesuch war aus mehreren Gründen besonders gut für Rheumatiker geeignet. Solche Ausflüge machen nicht nur Spaß, sondern haben auch positive Effekte auf das Wohlbefinden.

- Beim Spaziergang durch den Tierpark bewegen sich Rheumatiker in einem angenehmen Tempo, was die Gelenke schonend aktiviert und die Mobilität fördert.
- Der Kontakt mit Tieren und die Natur wirken entspannend und können helfen, Stress abzubauen. Weniger Stress ist wichtig, da er Entzündungen im Körper verstärken kann.
- Gemeinsame Aktivitäten stärken das Gemeinschaftsgefühl und fördern den Austausch mit anderen Betroffenen. Das kann das Gefühl von Unterstützung und Verbundenheit erhöhen.
- Der Besuch im Tierpark lenkt ab von Schmerzen und Beschwerden, was die Stimmung hebt und das allgemeine Wohlbefinden verbessert.
- Das Erlebnis kann motivieren, regelmäßig kleine Spaziergänge oder Aktivitäten im Freien zu unternehmen, was langfristig der Gesundheit zugutekommt.

Insgesamt trägt ein Tierparkbesuch dazu bei, Körper und Geist zu stärken, was für Rheumatiker eine wertvolle Unterstützung im Alltag sein kann.

Daher begann der Nachmittag mit einer informativen Führung durch den Tierpark, bei der die Gruppe spannende Einblicke in die verschiedenen Tierarten erhielt. Die Tierpfleger erklärten die Besonderheiten der Tiere und gaben interessante Erläuterungen zu deren Lebensweise und Pflege. Besonders begeistert waren die Teilnehmer von den Alpakas, die während der Führung vorgestellt wurden. Ein Highlight war die Fütterung der Alpakas, bei der die Gruppe die Tiere aus nächster Nähe beobachten und sogar selbst füttern durfte.

Ein weiteres Highlight war der Besuch bei den Waschbären Robinson und Freitag. Hier hatten die Azubis die Gelegenheit, die Waschbären mit Futter zu versorgen. Die Teilnehmer waren fasziniert von den lebhaften Tieren und genossen es, aktiv an der Fütterung teilzunehmen.

Nach dem tierischen Programm fand der Tag seinen gemütlichen Abschluss bei einem gemeinsamen Kaffeetrinken. Dabei konnten sich alle in entspannter Atmosphäre austauschen, die Erlebnisse Revue passieren lassen und neue Kontakte knüpfen.

Der Ausflug in den Tierpark Stendal war für die Gruppe eine schöne Gelegenheit, gemeinsam Zeit zu verbringen, die Natur zu genießen und sich über die Tiere zu freuen.



