

So vermittelt die „Akademie Gesundes Leben“ Menschen Wissen über Körper und Seele

Die

Die Akademie in Oberstedten bietet ganzheitliche Seminare rund um das körperliche und seelische Wohlbefinden. Was im Kleinen begann, ist längst zu einer gefragten Institution geworden.

Oberursel. „Es gab und gibt immer mehr Interesse in der Bevölkerung, etwas für sich zu tun und schlicht einen persönlichen Gewinn für sich zu suchen“, sagt Ulrich Jentzen. Er muss es wissen: Seit 2003 leitet der studierte Ernährungswissenschaftler als Geschäftsführer die Stiftung und ist pädagogischer Leiter der „Akademie Gesundes Leben“ in Oberstedten. Rund 5000 Seminarteilnehmer zählt die weitläufige Anlage mit einem 118-Betten-Hotel, verschiedenen Seminarräumen, einer eigenen Bioküche und einem großen Garten pro Jahr.



Heraustreten aus dem Alltag, sich selbst etwas Gutes tun und dabei Neues lernen – so könnte man die Motivation der meisten Besucher beschreiben. Sie können aus den drei Themenfeldern Ernährung, Kosmetik und Naturheilkunde den passenden Kurs auswählen. Das Angebot reicht von Stressbewältigung und Entspannungstechniken, Förderung der Vitalität, Yoga-Food, Fasten bis hin zur Work-Life-Balance.

Cremige Masken

Dazu gehört auch ein umfangreiches Aus- und Weiterbildungsprogramm. Beispielsweise kann man sich zum Gesundheitsberater mit IHK-Abschluss ausbilden lassen. Auch Abschlüsse als Meditationsleiter, als Achtsamkeitscoach, Ernährungsberater für Kinder oder Kräuterpädagoge sind möglich.

Hinzu kommt die Fachakademie, in der sich Mitarbeiter der Reformhäuser in Deutschland aus- und weiterbilden können. Jeder von ihnen durchläuft ein siebenwöchiges Fortbildungsprogramm. Auch leitende Mitarbeiter werden geschult.

Bis ins Jahr 1956 reichen die Wurzeln der Akademie zurück. Damals wurde die Reformhausfachakademie als Stiftung ins Leben gerufen. Ziel war es, ganzheitliches Ernährungswissen zu vermitteln und die Gesundheitsbildung zu fördern. Das gilt bis heute. Auch der Umgang mit pflanzlichen Kosmetikprodukten gehört dazu. So kann es einem passieren, dass einem bei einem Besuch eine Gruppe von Reformhausmitarbeitern aus dem Kosmetikstudio entgegenkommt, mit Handtüchern auf dem Kopf und cremigen Masken im Gesicht. Denn nur wer selbst Erfahrungen mit den Produkten macht, kann im Geschäft gut beraten.

War die Fachakademie so etwas wie die Keimzelle der „Akademie Gesundes Leben“, haben sich seit den 1990er Jahren die Angebote für Verbraucher zum Renner entwickelt. Längst ist dieser Teil zum Kerngeschäft geworden. „Die Akademie ist aber keinesfalls eine groß angelegte Werbeveranstaltung für die Reformhäuser, sondern etwas ganz Eigenes“, betont Geschäftsführer Jentzen. „Wir wollen ganz bewusst eine Insel sein“, so Jentzen weiter, und zwar eine, die ihr Angebot in einem gesunden und ganzheitlichen Ambiente bietet.

Das typische private Klientel, das auf ein solches Angebot anspringt, ist weiblich, hat die 40 überschritten und steht nach einer intensiven Familien- und/oder Karrierephase an einem Punkt in Leben, an dem sie sich fragt: War's das jetzt? Oder gebe ich meinem Leben neue Impulse oder gehe sogar beruflich in eine neue Richtung?

Stressfreies Lernen

So ist es auch bei Gabriele Voigt-Gempp gelaufen, die seit 1998 regelmäßig Aus- und Weiterbildungen an der Akademie absolviert und dafür sogar aus dem badischen Freiburg anreist. Sie hat sich hier unter anderem zur Gesundheitsberaterin, im betrieblichen Gesundheitsmanagement und zuletzt zur Kräuter-Erlebnispädagogin ausbilden lassen. Sie schätzt an der Akademie vor allem, „dass man hier stressfrei lernt und dabei Körper, Geist und Seele stärkt.“

Der Zugang zu den Themen über Bewegung oder mit Bildern sowie der Wechsel zwischen Theorie und Praxis gefallen ihr besonders. „Langweiligen Frontalunterricht oder reine Folienseminare finden Sie hier nicht. Die Lernenden lernen voneinander, tauschen Erfahrungen aus und profitieren von dem Wissen der Kursleitung.“ Zugleich, so Voigt-Gempp weiter, werde gezeigt, wie man das neu erworbene Wissen seinerseits weitergibt und für sich wichtige Netzwerke aufbaut. Auch das mache für sie nachhaltiges Lernen aus.

Das ist ein wichtiger Punkt für Voigt-Gempp, die in Freiburg eine eigenes Institut betreibt. Für dieses stand die Oberstedtener Einrichtung durchaus Pate. Als sie vor zehn Jahren selbst ein Haus für ihre Ernährungs- und Gesundheitsberatung suchte, ließ sie sich auch von der baubiologischen Philosophie der Oberstedtener leiten. „Es ist ein schönes Gefühl zu wissen, dass man durch die Seminare einiges im Rucksack hat, aus dem man dann in seinem eigenen Bereich etwas machen kann.“

In Oberstedten war es 1992 so weit, dass ein Anbau gebraucht wurde. Wegen der immer größer

werdenden Nachfrage musste ein Gebäude her, aber eben nicht irgendein quadratisch-praktischer Bau, sondern einer, „der alle Sinne einbezieht“, so Geschäftsführer Ulrich Jentzen. Unter der Leitung des renommierten Architekten Peter Busmann entstand ein ökologischer Komplex mit Solaranlage und Dachbegrünung und einem eigenen Blockheizkraftwerk.

Beim Innenausbau wurden mit natürlichen Baustoffen gearbeitet. Extra isoliert, geben die Stromleitungen keine Elektrostrahlung ab. Rechte Winkel sucht man im neuen Trakt vergeblich. So sind alle neuen Seminar- und Schulungsräume nicht nur hell, warm und freundlich gestaltet, sie sind außerdem fünfeckig. „Unsere Leitfrage bei der Gestaltung war: Was braucht der Mensch, und was unterstützt seine Wahrnehmung mit allen Sinnen?“, erklärt Jentzen und weist außerdem darauf hin, dass von allen Schulungsräumen der ebenerdige Schritt ins Freie, in den Garten oder auf eine der Dachterrassen möglich ist.

Rund 60 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter arbeiten an der Akademie, darunter freie und festangestellte Dozenten. „Wir stehen für Qualität und Nachhaltigkeit, das hat uns schon die Reformbewegung, aus der wir kommen, in die Wiege gelegt. Deshalb versuchen wir erst gar nicht, auf jeden Trend schnell aufzuspringen.“

Vergleichsweise günstig

Zeitgeistiges habe hier keinen Platz, es sei die gesellschaftliche Relevanz, die bei der Themenauswahl eine wichtige Rolle spiele. Im „Reform-Elfenbeinturm“ sitze man aber nicht, so Jentzen, der die Akademie mitten im Leben sieht. „Wir versuchen dabei, so undogmatisch wie möglich zu sein. Wir machen Angebote.“ Dabei leistet man sich eine gewisse Unabhängigkeit. „Wir finanzieren uns ausschließlich über die Teilnehmerbeiträge. Das ist auch gut so, denn so redet uns niemand in unser Konzept rein.“

Auf die Frage, ob sich Angebot sich möglicherweise an die wenigen Glücklichen wendet, die sich einen Aufenthalt in Oberstedten leisten können, verweist Jentzen in seiner Antwort zunächst auf die vergleichsweise günstigen Preise. So kostet ein dreitägiges Seminar zur Darmgesundheit inklusive Verpflegung aus der vegetarischen Bioküche und Seminarunterlagen 290 Euro. Eine fünftägige Weiterbildung zum Gesundheitsberater (IHK) gibt es inklusive Biomahlzeiten, Unterrichts- und Übungsmaterialien, Prüfungs- und Zertifikatskosten für 2590 Euro. Eine Akademie für die Wohlhabende sei man deshalb nicht, so Jentzen: „Diejenigen, die sich einen Workshop, einen Kurs oder auch eine Ausbildung an der Akademie leisten, sind nicht die Reichen.“

Vielmehr seien es Menschen, denen es um die persönliche oder berufliche Lebensqualität und vor allem auch um eine gewisse Nachhaltigkeit gehe. Ihr Motto sei: „Ich kaufe nicht alles, sondern die Produkte, die es mir wirklich wert sind.“

Artikel vom 18.10.2017, 03:30 Uhr (letzte Änderung 27.10.2017, 03:34 Uhr)

Artikel: <http://www.fnp.de/lokales/hochtaunus/vordertaunus/So-vermittelt-die-Akademie-Gesundes-Leben-Menschen-Wissen-ueber-Koerper-und-Seele;art48711,2799211>

© 2017 Frankfurter Neue Presse