



Das Laufen auf dem Barfußweg bringt viel Spaß.

Foto: SZ

# Wenn die Füße Gefühle bekommen

## 16 Jugendliche bauen in Orscholz einen Barfußweg

„Natürliche Fußreflexzonen-Massagen“ auf dem Gelände des Gesundheits-Zentrums Saarschleife sind nun möglich, nachdem am vergangenen Sonntag der neue Barfußweg mit therapeutisch sinnvollen Belägen dort eingeweiht worden war. Bei einem Fest mit Kaffee, Kuchen, frisch gezapftem Bier und Rostwürsten wurde der Weg, den 16 Jugendliche bei der 72-Stunden-Aktion gebaut haben, eröffnet.

**Orscholz.** 16 Jugendliche errichteten innerhalb der 72-Stunden-Aktion der Katholischen Kirche diesen Pfad. In Zusammenarbeit mit der Gemeinde Mettlach und dem Gesundheits-Zentrum entstanden 16 verschiedene Felder mit therapeutisch sinnvollen Belägen. „Dieser Weg dient vorwiegend touristischen Zwecken“ betont Klinikleiterin Evelyn Michel bei der Eröffnung. „Alle Interessierten sind herzlich eingeladen diese natürliche Fußreflexzonen-Massage zu genießen.“

Gestartet wird an einem Rindenmulch-Feld, anschließend geht es über kleine Kiesel zur dritten wohl spektakulärsten Station: dem Matschfeld. Hier versinken die Waden bis zu 30 Zentimeter in einer braunen Schlamm-Masse. „Neben dem

gesunden Effekt, kommt hier auch ein enormer Spaßfaktor zum Einsatz“ grinst Kirsty Meyer, Ergotherapeutin im Gesundheits-Zentrum. Sie stand während der gesamten Aktion als Ansprechpartner für die Jugendlichen zur Verfügung.

Über Baumplatten, Quarzit-Steine, Holzstämme und Waldbe-

*„Neben dem gesunden Effekt kommt hier auch ein enormer Spaßfaktor zum Einsatz.“*

Kirsty Meyer

lag geht es weiter zu großen Steinfindlingen die es zu überqueren gilt. Anschließend darf nach einem Moosfeld über einen langen Baumstamm balanciert werden. Nach einem Feld mit großen Kieselsteinen, die manche als etwas schmerzhafter empfinden, geht es ein Stück durch einen Bachlauf. Hier lässt Sebastian Kneipp grüßen und am Ende der Strecke kann der Schlamm von den Beinen abgewaschen werden. Jetzt ist die Koordination noch einmal gefordert. Über unterschiedlich hohe

Holzstämme geht es weiter zu kleinen Hackschnitzeln und dann zu einem Feld mit Erde. Die letzte Station ist mit einfachem Sand gefüllt, was die meisten als sehr angenehm empfanden. „Das ist wie ein wohliges Peeling am Ende“ meint Matthias Hießerich, Geschäftsführer der Tourist Mettlach GmbH.

„Der Weg ist sehr angenehm zu gehen. Zwischendurch muss man zwar mal auf die Zähne beißen aber dafür die Wirkung entsprechend groß“ beschreibt der Aktionspate Edmund Kütten das Gefühl nachdem er den Weg absolviert hatte. „Es kommt mir so vor als trage ich jetzt Mooschuhe“ fügt er lächelnd hinzu.

„Durch das Engagement der Jugendlichen, die tollen Bemühungen des Aktionspaten Edmund Kütten, den Einsatz von Verwandten und Bekannten und nicht zuletzt auch durch die vielen helfenden Hände der Gemeinde und des Gesundheits-Zentrums Saarschleife konnte ein tolles Projekt verwirklicht werden, an dem wir auch zukünftig hoffentlich noch viel Spaß haben.“ bedankt sich Evelyn Michel nach dem aufregenden Wochenende. *red*

Im Internet:

[www.saarbruecker-zeitung.de/](http://www.saarbruecker-zeitung.de/)