

Suchtaufklärung beim Kinderyoga

Sabina Pilguy erläutert die Gefahren von Alkohol

sm **Winsen.** Sabina Pilguy unterrichtet seit mehr als zehn Jahren Kinderyoga – auch in Winsen steht eine Gruppe des TSV Winsen unter ihrer Leitung. Sehr wichtig ist ihr, Kinder durch das Training nicht nur körperlich, sondern auch psychisch weiterzubringen. „Wenn Kinder ihre Stärke von innen heraus aufbauen, gehen sie gestärkter durchs Leben“, sagt Pilguy. Aus diesem Grund hat sie sofort zugestimmt, als man ihr Informationen zum Thema „Suchtvorbereitung im Sport“ überreichte.

Dieses Projekt wird von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung und dem Deutschen Olympischen Sportbund mit Informationsmaterial, T-Shirts und Plakaten gefördert. „Heute haben die Kinder mit Entspannungsübungen gelernt, wie wichtig es ist, anderen nicht die Macht über das eigene Bewusstsein zu überlassen“, sagt die psychotherapeutische Heilpraktikerin und Fachautorin überzeugt. „Genau das passiert nämlich, wenn zuviel Alkohol konsumiert wird und die

Sinne getrübt und eingeschränkt werden.“ Renate Leutloff von der Stadt Winsen überreichte Pilguy für ihr Engagement in Sachen Suchtaufklärung eine Urkunde und erklärte, wie wichtig es sei, solche Themen schon im Kindesalter aufzugreifen.

Nähere Informationen zum Projekt stehen auf der Homepage www.kinderstarkmachen.de. Wenn man mehr über die Yogatrainerin oder ihre Bücher erfahren möchte, wird man unter der Adresse www.pilguy.de fündig.



Den Kindern der Yoga-Gruppe gefällt das Training mit Sabina Pilguy (hinten rechts). Die psychotherapeutische Heilpraktikerin bekam jetzt von Renate Leutloff (hinten links) eine Urkunde für besonderes Engagement überreicht.

Foto: sm