

## Auszeitwochenende Oberstdorf September 2016



Das Gesicht sonnengebräunt, die Lunge voll frischer Luft, im Kopfkinos das Bergpanorama der Allgäuer Alpen, ein leichtes Zwicken in den Waden – das sind die Nebenwirkungen des Auszeitwochenendes, das der Verein Rückenwind e.V. für seine Mitglieder angeboten hat. Es gibt wahrlich schlimmere Nebenwirkungen!

Mütter die ein Kind mit Behinderung versorgen und pflegen sind besonderen und dauerhaften Belastungen im Alltag ausgesetzt. Eine Auszeit ist ein willkommener Energiespender.

Gute Gespräche, ein Besuch in der Therme, shoppen, wandern – jede durfte die Auszeit vom Alltag für sich so gestalten, wie ihr zumute war. Manche entschieden sich für das Wandern in der Gruppe, andere ein bisschen Zeit für sich alleine zu haben und alle genossen das Ausschlafen.

Perfekt abgerundet wurden unsere Tage durch kurzweilige gemeinsame Abendessen, wo wir Allgäuer Schmankerl verkosten durften.

So können wir gut erholt, mit neuen Kräften und vielen schönen Erinnerungen wieder in den Alltag starten. Ein herzlicher Dank geht an alle die diese Auszeit durch eine Spende ermöglicht haben.