

Tipps zum Aufbau eines
Heimsanatoriums

Von Sharon Zeisner
Gesundheitsmissionarin in Delaware, USA

Die Bedürfnisse des Gesundheitsgasts

Die Bedürfnisse der Menschen sind so breitgefächert wie ihre Krankheiten. Es gibt jedoch einige grundlegende Bedürfnisse, die für alle gelten. Hier sind einige Beispiele:

1. Kostengünstige Hilfe
2. Das Wissen und die Methode die Krankheit an der Wurzel zu packen
3. Liebe, Mitgefühl, und Freundschaft
4. Wissen über die "Gesundheitsgesetze" und ihre praktische Anwendung
5. Viel Ruhe
6. Einfache Anwendungen, die für spätere Umsetzung gelernt werden können
7. Ermutigung, an Gott als den "Großen Arzt" zu glauben und in ihm zu ruhen – Seine Wege sind immer die Besten, so vertraue ihm deine Zukunft an

Benötigte Fertigkeiten

Diese Fertigkeiten sind notwendig um eine große Zahl an Bedürfnissen zu decken

1. Einfache Wasseranwendungen

- A. Heißes Fußbad
- B. Russisches Dampfbad
- C. Kontrastbäder (heiß/kalt)
- D. Sauna
- E. Whirlpool
- F. Heiße und kalte Kompressen
- G. Dampfbad
- H. Brustwickel
- I. Kalte Einreibungen
- J. Salzeinreibungen

2. Die Verwendung von Holzkohle – sowohl innerlich als auch äußerlich

3. Kräuter und ihre Verwendung als Heilmittel

- a) Tees
- b) Umschläge
- c) Salben

d) Kompressen

- 4. Kräuter-Erkennung – Ansicht und Geruch (ist manchmal hilfreich), sowohl wild gewachsen als auch angebaut**
- 5. Vollvegetarisches Kochen**
- 6. Wie man sich ausgewogen ernährt**
- 7. Gartenbau**
- 8. Wie man Bibelstunden gibt und Menschen zu Christus führt**
- 9. Viel Gebet mit den Gästen**
 - a. Vor ihren Anwendungen
 - b. In der Familienandacht – morgens und abends
 - c. Am Bett oder je nach Situation

Wir nehmen unsere Gäste mit in die Gebetsstunden und in den Gottesdienst. Wir bitten sie, angemessene Kleidung mitzubringen.

Die Aufteilung des Platzes im Heim

In unserem kleinen Heim verwenden wir jeglichen Platz, den wir nutzen können. Hier sind einige Möglichkeiten, wie du deinen eigenen Räumlichkeiten nutzen kannst:

Familienzimmer: Andacht, Unterrichtszeit, Gesundheitsvideos, sich unterhalten, Gäste-Ablaufplanung, Ablaufplan erstellen

Küche: Kochen, Kochkurs, Saften, Kräutertees, Vorbereiten der Eispackungen und heißen Aufschläge, Salbenvorbereitung

Esszimmer: Essen, Unterrichtszeit, Gesundheits-CD's, sich unterhalten, Gäste-Ablaufplanung

Schlafzimmer: Duschen, Whirlpool, Einläufe, sich unterhalten, Aufschläge, heiße Fußbäder

Wäscheraum: Wäsche machen, Einläufe, tragbare Sauna, Darmreinigungen

Badezimmer: Duschen, Whirlpool, Einläufe, Darmreinigungen

Garten: Gartenbau, Treibhaus, Laufen, Sitzen

Terrasse: Andacht, Unterricht, sich unterhalten

Nachbarschaft: Bewegung/Laufen, sich unterhalten

Ein möglicher Tagesablauf

7:30 Uhr	Morgenandacht (Saften bis 21 Uhr)
8:00 Uhr	Spaziergang
9:00 Uhr	Sauna
11:00 Uhr	Unterricht
12:00 Uhr	Arbeit
13:00 Uhr	Gartenarbeit / Arbeit draußen
14:00 Uhr	Gesundheitsvideo/CD (unsere Essenszeit)
15:00 Uhr	Einlauf
17:00 Uhr	Massage
20:00 Uhr	Freizeit
20:30 Uhr	Abendandacht
21:30 Uhr	Licht aus

Die benötigten Hilfsmittel

Die folgenden Gegenstände sind hilfreich, um für die meisten Gäste ausgerüstet zu sein. Beginne klein und baue darauf auf, aber mache es niemals kompliziert. Halte es einfach und lasse Gott Raum zum Wirken. Es ist wunderbar zu sehen – schaue Ihm zu!

Mindestens 2 Eimer	1-2 Wasserkocher	1 große Plastikschüssel
3 Badefußmatten	8 große Handtücher	6 Badetücher
Reibhandschuhset	1 Eisbeutel	2 Einlauf-Sets
Dickdarm-Reinigungsset (optional)	Kapsel-Herstellgerät	Vegetarische Kapseln
Kräuter in Großmengen	2 Badehauben	Einmal-Handschuhe
Kochbücher	Wasserthermometer	Hydrotherapie-Bücher
Mikrowelle*	Kräuterbücher	Heimsauna-set
Große Vorratsbehälter	Gartenbücher	Tragbarer Whirlpool
Kaffeemühle	Großer Einmachtopf*	Kräuterbehälter
Entsafter	Kaffeemaschine (für Tees)	Großer Gemüseseiher
Unterrichtsmaterial	Maschensieb	Holzkohlepulver
Brust-Wollwickel	Reguläres Thermometer	Medizinisches Klebeband
2 Bettbezüge	Nachttopf-Stuhl (falls möglich)	Woll-Aufschläge
Extra Badeschuhe	Massagetisch	2 Plastikplanen
Massage-Öl	Dampf-Inhalationsgerät	2 Bademantel-Hüllen
	Verbandsmull	Tages-Ablaufpläne

*Für das Erhitzen der Aufschläge