



Freude und Spaß an der Bewegung im Mittelpunkt

Wanda Schäfer ist Präventologin, Sportlehrerin und Krankenpflegerin. Die gebürtige Polin lebt seit 25 Jahren in Neustadt (Rheinland-Pfalz) und betreibt dort eine Gesundheits- und Präventionspraxis. Im Mittelpunkt ihres Lebens stand und steht die Freude an Bewegung und Sport und die Überzeugung, dass sich jeder Mensch entwickeln kann – zu mehr Vitalität und Lebensfreude.

Bewegung spielte in Wanda Schäfers Leben schon immer eine große Rolle. Die gebürtige Polin ließ sich nach der Schule zunächst als Krankenschwester ausbilden. So richtig warm wurde sie mit dem erlernten Beruf nicht. Mehr und mehr schob sich ein anderes Thema in ihr Leben: Von klein an war sie sehr sportlich und probierte sich in vielen verschiedenen Sportarten aus, darunter Leichtathletik und Basketball. Schließlich war es der Judosport, in dem sie sehr erfolgreich wurde: Ende der 70er-Jahre war Wanda Schäfer in ihrer Gewichtsklasse polnische Meisterin. Daraus reifte schließlich ihre zweite Profession und sie ließ sich zur Diplom-Sportlehrerin ausbilden. Viele Jahre arbeitete sie in diesem Beruf in einer Grundschule in Oberschlesien.

Ende der 80er-Jahre wanderte sie als Spätaussiedlerin nach Deutschland aus. In Neustadt, das sie schon als Jugendliche während eines Einsatzes in der Weinlese kennengelernt hatte, fühlte sie sich wohl. Beruflich war der Einstieg schwieriger. Lange Jahre war sie in der Altenpflege tätig, fühlte sich in dem Beruf aber mehr und mehr unwohl. „Ich wollte schon etwas mit Menschen und im Gesundheitswesen machen, aber nicht mit Patienten am Bett“, beschreibt Wanda Schäfer ihre damalige Situation. Schließlich strapazierten sie die beruflichen Anforderungen so sehr, dass sie erkrankte und ein beruflicher Wechsel unausweichlich war. In dieser Situation passieren zwei Dinge, die ihr Leben verändern: Die Alleinerziehende lernt ihren zweiten Mann kennen, mit dem sie seitdem glücklich

verheiratet ist. Und sie hat beim Joggen durch den Wald eine Idee: Sie will etwas machen, was mit gesundheitlicher Prävention zu tun hat. Zuhause entdeckt sie bei der Suche im Internet den Berufsverband der Präventologen.

Im Oktober 2010 beginnt sie das Fernstudium zur Präventologin. Begeistert arbeitet sie sich durch den Lernstoff über Bewegung, Ernährung und seelische Gesundheitsvorsorge und kann bereits nach sieben Monaten die Prüfung ablegen – „so motiviert war ich“, sagt Wanda Schäfer. Besonders das Präsenzseminar des Chiropraktikers Jean-Paul Pianta hat sie begeistert. Anschließend absolviert sie weitere Fortbildungen und erwirbt unter anderem das Zertifikat als Trainerin für Gesundheits- und Lebenskompetenz (GLK) des Berufsverbandes. In ihrer Praxis bietet sie heute Gesundheitskurse auf „vier Säulen“ an, zu denen für sie Gesunde Ernährung, Bewegung, natürliche Mikronährstoffe und Seelische Gesundheitsvorsorge gehören. Als „Smovey-Trainerin“ begeistert sie Menschen für ein spezielles Bewegungstraining mit Ringen.

Zukünftig möchte sie auch Unternehmen in ihrer Region davon überzeugen. Und sie knüpft beruflich an alte Kontakte an, wie beispielsweise zu ihrer früheren Sporthochschule in Breslau. Privat liebt die Mutter zweier erwachsener Kinder das Reisen und die Fotografie. Nächstes Ziel ist Lissabon.