

## **Auszeit unter Mandelblüten – Frauenwochenende des AWO Familienzentrums in St. Martin**

Ein Wochenende voller Gemeinschaft, Entspannung und guter Laune erlebten 18 Frauen beim diesjährigen Frauenwochenende des AWO Familienzentrums Kirschenstraße. Vom 13. bis 15. März führte der gemeinsame Ausflug erstmalig im Frühling in die Pfalz, nach St. Martin. Untergebracht war die Gruppe am oberen Rand des „Pfälzer Rebenmeers“ im idyllisch gelegenen Hotel Arens. Wieder getreu dem Motto „**Alles kann, nichts muss**“ stand das Wochenende ganz im Zeichen von Erholung, Austausch und gemeinsamen Erlebnissen. Organisiert wurde die Auszeit bereits zum 5. Mal von den beiden Erzieherinnen Andrea Lantz und Mehtap Ercan.

Der Gruppe stand während des gesamten Wochenendes ein eigener Tagesraum zur Verfügung, in dem alle Teilnehmerinnen bereits nach deren Ankunft am Freitagnachmittag bei Kaffee und Kuchen herzlich begrüßt wurden. Da in diesem Jahr auch viele neue Gesichter dabei waren, sorgte eine kreative Kennenlernrunde schnell für eine lockere und fröhliche Atmosphäre. Passend zum Anfangsbuchstaben ihres Vornamens stellte sich jede Teilnehmerin mit einem sportlichen Adjektiv vor – von „cha-cha-tanzend“, „nichtschwimmend“ über „joggend“ bis hin zu „sau-unsportlich“. Das sorgte gleich zu Beginn für eine lockere Atmosphäre bei der viel zusammen gelacht wurde. Direkt im Anschluss zeichneten die Frauen in Zweiergruppen die Gesichter deren Partnerin und füllten kleine Steckbriefe über sich selbst aus. So entstanden ganz persönliche und zugleich humorvolle Porträts.

Am Abend ging es gemeinsam zum Italiener in St. Martin. Bei leckerem Essen, guten Gesprächen und fröhlichen Momenten ließ die Gruppe den ersten Tag gemütlich ausklingen. Der anschließende Rückweg zum Hotel hatte es allerdings noch einmal in sich – der steile Aufstieg verlangte einigen Teilnehmerinnen durchaus etwas Kondition ab. Zurück im Hotel ließ man den Abend bei Knabbergebäck, Süßigkeiten und eigenen Getränken in gemütlicher Runde weiter ausklingen.

Der Samstag begann aktiv oder entspannt, ganz nach persönlicher Lust. Einige Frauen starteten mit einer Yogaeinheit in den Tag, andere entschieden sich für eine Lauf- oder Joggingrunde. Danach trafen sich alle zu einem ausgiebigen und sehr leckeren Frühstück im Hotel.

Im Anschluss blieb Zeit für Kreativität oder einfach zum Ausruhen. Besonders beliebt waren verschiedene Bastelangebote wie Makramee-Osterdeko oder selbst gestalteter Perlenschmuck – darunter Armbänder, Brillenketten, Ohrringe oder Ringe.

Gegen Mittag machte sich die Gruppe gemeinsam auf den Weg zur Mandelmeile in Edenkoben. Der etwa einstündige Fußweg führte den Großteil der Gruppe rund 4,5 Kilometer durch die malerischen Weinberge. Dort angekommen erwartete die Frauen ein ganz besonderes Frühlingshighlight: zahlreiche Stände der örtlichen Weingüter, leckere Speisen und vor allem ein beeindruckendes rosa Blütenmeer der Mandelbäume, das zum Flanieren, Genießen und Staunen einlud.

Am Abend trafen sich nach einer kurzen Pause alle zum gemeinsamen Abendessen im hoteleigenen Restaurant. Danach wurden die begonnenen Bastelarbeiten vollendet oder Kosmetikprodukte getestet bevor der Abend wieder in eine gemütliche Runde mit vielen Gesprächen und guter Stimmung überging.

Am Sonntagmorgen traf sich die Gruppe noch einmal zum gemeinsamen Frühstück. In einer anschließenden kurzen Feedbackrunde waren sich alle Teilnehmerinnen einig: Es war ein rundum gelungenes Wochenende, das unbedingt wiederholt werden sollte – am

liebsten sogar wieder in St. Martin.

Der restliche Sonntag stand zur freien Verfügung. Einige Frauen traten bereits die Heimreise an, während andere die Gelegenheit nutzten, die schöne Umgebung noch etwas weiter zu erkunden. Eine Gruppe wanderte einen Teil des Auerochsenwegs, während eine andere den Ostermarkt in St. Martin besuchte und dort den Ausflug gemütlich ausklingen ließ.

Am Ende waren sich alle einig: Dieses Wochenende bot nicht nur eine kleine Auszeit vom Alltag, sondern auch viele schöne gemeinsame Erinnerungen.