

Stadt Mühlheim am Main, Montag, 20. März 2017

---

## Kneippen in Lämmerspiel – Infoabend am 28. März

Nachdem der Einladung der Projektinitiatoren Frau Dr. med Beate Knaur und Physiotherapeutin Frau Sigrid Tinat zum ersten Infoabend im vergangenen Juli zahlreiche Interessierte gefolgt sind und auch die darauf initiierte Unterschriftensammlung ein voller Erfolg war, steht nun ein weiterer Informationsabend am Dienstag, den 28. März im Pfarrheim St. Lucia um 19.00 Uhr an. Zu diesem möchten Sigrid Tinat und die Stadt Mühlheim gemeinsam alle Kneipp-Begeisterte einladen.

Nachdem die Fördermittel des Landesprogramms (KIPG) freigegeben wurden, kann nun über die praktische Umsetzung gesprochen und die Gründung eines Fördervereins vorbereitet werden, der bei der Gründung mindestens 7 Mitglieder umfassen muss.

Auch Bürgermeister Daniel Tybussek begleitet das Projekt mit großer Freude: „Das Interesse, dass bereits mit dem ersten Infoabend geweckt werden konnte, möchten wir aufrecht erhalten und den jetzt schon breiten Zuspruch zu diesem Projekt weiter steigern. Genau wie ein Großteil der Mühlheimer Bürgerinnen und Bürger denke ich, dass die Gesundheit und das Wohlbefinden durch die Einrichtung einer Kneippanlage, egal ob von alt oder jung, gefördert werden wird.“

Sebastian Kneipp ist der Namensgeber eines der ersten entwickelten präventiven Gesundheitsprogramme, dass u.a. zur Stabilisierung von Kreislauf- und Nervensystem und der Schmerzlinderung dient, aber auch bei niedrigem Blutdruck hilft, Atemstimulation und Gefäßtraining unterstützt, das Immunsystem bei Infektanfälligkeit stärkt und nicht zuletzt bei Einschlafstörungen hilft. Kneipp sagte hierzu: " Im Maße liegt die Ordnung. Jedes zu viel und zu wenig setzt anstelle von Gesundheit die Krankheit."

Die 5 Elemente der Kneipp-Therapie: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Balance sollen mit diesem Projekt fest etabliert werden. Besonders auch für Kinder kann das Kneippen ein Einstieg zu einer gesunden Lebensführung sein.