

## Wasser – lebenswichtig in mehrfacher Hinsicht

*„Lernt das Wasser richtig kennen,  
und es wird euch stets ein verlässlicher Freund sein.“*  
**Sebastian Kneipp (1821 – 1897)**

Berlin – 22.03.2011. „Der Zugang zu Wasser ist überlebenswichtig. Wasser ist nicht nur Lebensmittel Nr. 1, sondern nach der Kneippschen Gesundheitslehre auch Heilmittel“, erklärt die Präsidentin des Kneipp-Bund e.V., Marion Caspers-Merk. Sie erklärt sich mit den Zielen des Weltwassertages am 22. März solidarisch. Um auf den unschätzbaren Wert der Ressource Wasser aufmerksam zu machen, findet der von den Vereinten Nationen organisierte „Tag des Wassers“ heute bereits zum 18. Mal statt. Der diesjährige Tag wird überschattet von den verheerenden Ereignissen in Japan, welche umso mehr zeigen, wie wichtig unbelastetes Wasser für das Überleben der Menschen ist.

Wasser ist – neben Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung – eines der fünf Elemente für ein gesundes Leben nach Sebastian Kneipp (1821 - 1897). Der Kneipp-Bund e.V. vereint über 600 Kneipp-Vereine mit 160.000 Mitgliedern, die das Kneippsche Gesundheitskonzept leben und verbreiten. Kneippsche Wasseranwendungen wirken gesundheitsfördernd, indem sie den Organismus dazu anregen, auf Kälte-/Wärmereize angemessen zu reagieren. Der Körper aktiviert auf diese Weise seine Abwehrkräfte und stärkt das Immunsystem. So sind Menschen besser gegen Infekte wie zum Beispiel Erkältungen geschützt – auch in stressigen Zeiten. „Wir treten für eine naturnahe Lebenskultur ein“, so Marion Caspers-Merk, „das beinhaltet auch einen sorgsamem Umgang des Menschen mit seinen eigenen Ressourcen und denen der Natur.“

Nach UNESCO-Angaben leiden rund 40% der Menschen unter Wasserknappheit, während 20% aller Menschen keinen Zugang zu sauberem Trinkwasser haben. Die Probleme bei der Wasser- und Sanitärversorgung in weiten Teilen der Erde und der schlechte Zustand vieler Gewässer müssen bekämpft werden. Die Wasserproblematik habe sich längst zu einer andauernden Krise ausgeweitet. Die Bemühungen um einen nachhaltigen Umgang mit den Wasserressourcen in der Welt müssen daher intensiviert werden. „Deshalb sind auch wir in Deutschland angehalten, sorgfältig und bedacht mit Wasser umzugehen“, betont Marion Caspers-Merk.

### **Kontakt, Interviewanfragen:**

Kneipp-Bund e.V. Pressestelle, Adolf-Scholz-Allee 6-8, 86 825 Bad Wörishofen  
Telefon 082 47 / 30 02-163 Fax 082 47 / 30 02-199  
presse@kneippbund.de

**Mehr Hintergrund:** [www.kneippbund.de](http://www.kneippbund.de) [www.kneippvisite.de](http://www.kneippvisite.de) [www.kneippverlag.de](http://www.kneippverlag.de)  
[www.kneippakademie.de](http://www.kneippakademie.de) [www.kneippschule.de](http://www.kneippschule.de)