## Einladung zum Sebastian-Kneipp-Tag am XX. Mai 2018: Miteinander - Füreinander

In einer immer komplexeren Welt, die aus den Fugen zu geraten droht, wird ein eigenverantwortlicher Lebensstil, der sich an den individuellen Ressourcen orientiert, immer wichtiger. Das Jahresmotto 2018 der bundesweiten Kneipp-Bewegung lautet deshalb „Miteinander – Füreinander“. Denn das gesellschaft­liche Miteinander, der achtsame und rücksichtsvolle Umgang mit sich selbst, seinen Mitmenschen und der Natur sind Grundwerte unserer freien Welt.

Unsere Kneipp-Bewegung stellt sich rechts- und linksextremen Tendenzen entgegen und will egoistischen und xenophoben Verhaltensweisen künftig noch stärker mit Toleranz und zwischenmenschlicher Zuwendung begegnen. So hätte es sich Sebastian Kneipp gewünscht. Es ist der soziale Faktor, der die Kneipp-Bewegung auszeichnet: Das gesellschaftliche Miteinander ist nämlich ein wichtiger Faktor, der ebenfalls zur Gesundheitsförderung beiträgt.

Der Kneipp-Verein NAME e.V. veranstaltet am DATUM von XX bis XX Uhr einen Aktionstag zum Thema „Stille – Quelle der Kraft“. Treffpunkt für alle Interessierten ist um XX Uhr wo: Ort des Geschehens (falls der Verein weitere Programmpunkte bereithält, tragen Sie diese hier ein).

Der 17. Mai ist offizieller Sebastian-Kneipp-Tag, Anlass ist der Geburtstag des „Wasser­doktors“ am 17. Mai 1821. Seit etlichen Jahren beteiligen sich bundesweit viele der rund 600 Kneipp-Vereine und der über 420 „Vom Kneipp-Bund e.V. anerkannten Kindertageseinrichtungen“ an den Aktionen. Die Kneippsche Gesundheitslehre fokussiert sich dabei auf die wichtigsten Fragestellungen einer ganzheitlichen Gesundheitsförderung und Prävention: Was hält uns gesund und wie können wir Krankheiten vor­beugen?

Die Kneippsche Gesundheitsidee findet viele Freunde in allen Altersgruppen. Allein in (Ort) nehmen (wöchentlich oder monatlich) XX Teilnehmer/-innen an den vielfäl­tigen Angeboten des Kneipp-Vereins NAME teil. Das Programm umfasst neben Vorträgen, Wanderungen und Reisen vor allem Bewegungsangebote wie Gym­nas­tik, Yoga und Nordic Walking (ersetzen Sie die Begriffe durch Ihre eigenen Schwer­punkte).