

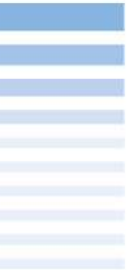
Werben für mehr Bewegung im Alltag

Kneipp-Verein Gronau, Antonius Apotheke und Kreissportbund laden ein

Nun ist es wieder soweit. Der diesjährige Kneipp-Aktionstag in Kooperation mit der Antonius Apotheke und dem Kreissportbund Borken lädt am Samstag, den 11. Juni in der Zeit von 10 Uhr bis 13 Uhr in die Neustraße 8. Die Veranstalter gehen davon aus das viele schöne Dinge in unserem Alltag nicht gemacht werden, weil es uns schwerfällt den inneren Schweinehund zu überwinden. Das gleiche gilt für die Bewegung. Deshalb ist nicht nur das Schweinehund-Mas-kottchen als Motivator zu Gast sondern ein vielfältiges Programm voller Ideen.



„Wir wollen werben für mehr Bewegung im Alltag“, erklärt dazu der Kneipp-Vereins-Vor-sitzende Bernd Ahlers. Es werden daher in der Neustraße, in und um die Antonius-Apotheke Mitmach-, Ausprobier- und Beratungsangebote rund um das Thema Gesundheit und Be-wegung stattfinden. Apothekerin und Präventionsberaterin Doris Lienkamp und die Kneipp-Präventionsberaterin Monika Beckmann stehen für alle Fragen rund um das Thema „Gesund-heitsvorsorge, Prävention und Therapieergänzung durch Bewegung“ und die passenden Ange-bote des Kneipp-Vereins zur Verfügung. Das Kneipp-Wassertretbecken, ein Barfußparcours, Mal- und andere Spiele bieten Spaß und Unterhaltung für große und kleine Kinder.



„Wir wissen alle, was unserem Körper gut tut, doch das meiste davon wird nicht gemacht, weil uns der ´Innere Schweinehund´ davon abhält“, sagt Apothekerin Doris Lienkamp zum Anlass der Aktion. „Ein auf das jeweilige Krankheitsbild abgestimmtes Bewegungsprogramm stellt eine perfekte Therapieergänzung dar und erfordert nur etwas Eigeninitiative.“

„Der Mensch ist genetisch programmiert sich zu bewegen. Nur dank ausreichender Bewegung können wir ´normal´ funktionieren. Die meisten von uns beschränken leider ihre Bewegung auf das notwendige Minimum. Dieser Haltung versuchen wir als Kreissportbund mit unseren Aktivitäten entgegen zu wirken. Die Unterstützung des Aktionstages unsererseits gehört dazu“ – begründete die Beteiligung des Kreissportbundes an der Veranstaltung Waldemar Zaleski.

Kontakt:

Kneipp-Verein Gronau e.V.

Bernd Ahlers

Parkweg 50

48599 Gronau

Telefon 0 25 65 / 35 28

kneipp-gronau@gmx.de

www.kneippverein-gronau.de

