

Daun atmet

Kneipp-Verein Daun auf dem 11. Gesundheitstag der Verbandsgemeinde Daun im Vulkaneifelkreis

Der Kneipp-Verein Daun war mit einem Stand an diesem Gesundheitstag vertreten, da der Verein den von Lungenkrankheiten betroffenen Menschen in drei Lungensportgruppen Hilfe anbietet. Vom BSV ausgebildete Übungsleiter sorgen bei den Übungseinheiten dafür, dass die Lunge der Betroffenen gestärkt wird und ihnen das Atmen leichter fällt.



Der Geschäftsführer des Kneipp-Vereins Daun und Schatzmeister des Kneipp-Bund Landesverbands Rheinland-Pfalz, Willi Häp, am Infostand.

Die Lunge gehört zu den lebenswichtigsten Organen im menschlichen Körper. Sie ist ein zentraler Bestandteil der Atmung und damit unverzichtbar für Leben, Gesundheit und Wohlbefinden. Sie ist ständig im Einsatz und dabei ein echtes Multitalent. Die Lunge nimmt Sauerstoff auf und Kohlendioxid ab. Der Sauerstoff wird über die Luft aufgenommen. Zwischen 10.000 und 20.000 Liter Luft nimmt ein Mensch durchschnittlich am Tag durch Atmung auf. Am 11. Gesundheitstag wurde den Besuchern gezeigt, welche Präventionsmaßnahmen sie selbst ergreifen können, die sich positiv auf die Lunge auswirken – ob Sport, Ernährung oder der Aufenthalt an der frischen Luft. Zudem informierte der Kneipp-Verein die Besucher über die vielfältigen Anwendungen der fünf Elemente von Sebastian Kneipp und die Aktivitäten des Vereins vor Ort.

Kontakt:
Kneipp-Verein Daun e.V.
Willi Häp
Freiherr-vom-Stein-Straße 1a
54550 Daun
Telefon 0 65 92 / 17 33 88
www.kneipp-verein-daun.de