

TAG DER FREUDE

Sonntag, 24. Juli 2022

Bundesweiter Aktionstag zum Kneippschen Element LEBENSORDNUNG



Zitate Sebastian Kneipp:

„Wenn nun das Licht eine solche Macht auf die anderen erschaffenen Wesen ausübt, warum sollte dasselbe nicht auch besondere Einwirkung auf den menschlichen Körper und Geist haben?“

„Wer bemüht ist, sein eigenes Glück zu suchen, der ist auch den anderen gern behilflich dazu.“

Mit 5 Aktionstagen macht der Kneipp-Bund e.V. auf die Kneipp-Philosophie der 5 Elemente Wasser, Ernährung, Heilpflanzen, Bewegung und Lebensordnung aufmerksam. Der Kneipp-Bund ist mit seinen 13 Landesverbänden, 1.200 Kneipp-Vereinen, zertifizierten Einrichtungen und Fachverbänden die größte private deutsche Gesundheitsorganisation. Als unabhängiger und gemeinnütziger Dachverband erreichen wir insbesondere durch das ehrenamtliche Engagement unserer Kneipp-Vereine rund 200.000 Menschen, die täglich mit den Kneippschen Naturheilverfahren in Berührung kommen.

Zum Aktionstag

- Der internationale Tag der Freude (International Day of Joy) findet jährlich am 24. Juli statt. Er wird seit dem Jahr 1981 gefeiert, obwohl nicht genau bekannt ist, auf welchen Ursprung er zurückgeht oder wer ihn ins Leben gerufen hat. Sinn dieses Tages ist es, anderen Menschen (oder auch sich selbst) eine Freude zu bereiten.

Bundesweite MITMACHAKTION

Singen ist Lebensfreude! Und da im vergangenen Jahr das gemeinsame Singen aufgrund der geltenden Einschränkungen nicht überall möglich war, bietet sich in diesem Jahr der Tag der Freude für diese Aktion an: Organisieren Sie mit anderen Menschen – nach den geltenden Regeln, evtl. im Freien – ein gemeinsames fröhliches Singen an einem zentralen Platz (Vorbild: Rudelsingen). Singen wirkt sich positiv auf das Wohlbefinden aus und stärkt die Lunge und somit sogar das Immunsystem. Gemeinsames Singen ist gut für die Seele, fördert die Gemeinschaft und macht einfach Spaß.

Man braucht nicht viel, um glücklich zu sein! Freude bereiten oft auch die kleinen Dinge im Leben – wenn man sie bewusst sieht und wahrnimmt. Glücklich zu sein ist eine Entscheidung, die jeder für sich selbst treffen kann und mit dieser Einstellung Einfluss auf das eigene Leben nehmen kann. Einen Denkansatz für Glück in Zusammenhang mit einem bewussten Lebensstil zeigt Dr. Manuela Gaßner im Kurzvideo zum Thema Lebensordnung, das auf dem YouTube-Kanal des Kneipp-Bundes zu finden ist. Nehmen Sie dieses Video als Anlass für eine Gesprächsrunde zu diesem Thema.

Social Media

Viel Wissenswertes gibt es rund um den Tag der Freude natürlich auch wieder auf unseren Social-Media-Kanälen

Facebook: @kneippbund / Instagram: #kneippbund_de / Youtube: Kneipp-Bund e.V.



Kneipp-Bund e.V.
Adolf-Scholz-Allee 6-8
86825 Bad Wörishofen
Tel.: 08247 / 3002 – 102

info@kneippbund.de / www.kneippbund.de / www.kneipp2021.de
Facebook: @kneippbund / Instagram: #kneippbund_de / YouTube: Kneipp-Bund e.V.