

# Kneipp in der Kita: Ein Konzept, das wirkt

## Veranstaltung zur Kita Kneipp Studie in Berlin: Diskussion und erste Ergebnisse

Berlin/Bad Wörishofen, 14.11.2024 – Die Hydrotherapie nach Kneipp regt das Immunsystem bei kleinen Kindern an. Wassergüsse stärken die Abwehrkräfte und können zu weniger Krankheitstagen bei Kita-Kindern führen, zeigt eine neue Studie der Charité in Kooperation mit der mkk – meine krankenkasse und fachlicher Unterstützung des Kneipp-Bund e.V. Die Ergebnisse des Forschungsteam „Integrative Medizin in der Kinderheilkunde“ der Charité – Universitätsmedizin Berlin zeigen: Mit dem Konzept „Kneipp in der Kita“ lassen sich die krankheitsbedingten Fehlzeiten in der Kita reduzieren. Der Kneipp-Bund war durch Vize-Präsident Dr. Hans-Georg Eisenlauer und Bundesgeschäftsführer Thomas Hilzensauer vertreten.

In Kooperation und mit Projektförderung der mkk – meine krankenkasse und mit fachlicher Unterstützung des Kneipp-Bund e.V. hat das Studententeam „Integrative Medizin in der Kinderheilkunde“, das zurzeit das Charité Competence Center for Traditional and Integrative Medicine (CCCTIM) errichtet, eine wissenschaftlich kontrollierte Interventionsstudie in neun Kindergärten und Kitas in Berlin-Brandenburg durchgeführt.

Insgesamt waren 211 Kinder im Alter zwischen zwei und sechs Jahren beteiligt. Die dreijährige Studie startete im Januar 2022. Nun liegen die Ergebnisse vor, die derzeit ausgewertet werden. Sie deuten darauf hin, dass die regelmäßigen Kneipp-Interventionen ein intensiver Reiz für den Körper sind und Einfluss auf die Regulation des Immunsystems nehmen können. In der Folge sind auch die Krankentage der Kinder aus der Kneipp-Gruppe zurückgegangen. Dies wurde im Rahmen einer feierlichen Veranstaltung in der Hörsaalruine des Medizinhistorischen Museums der Charité am 8. November 2024 in Berlin deutlich, bei der Dr. Sarah Blakeslee und Marinela Gerganova einen Überblick über den Studienverlauf, die untersuchten Parameter und erste Ergebnisse gaben. Mit den ausführlichen Studienergebnissen ist im Frühjahr 2025 zu rechnen. Ihr besonderer Dank galt den beteiligten Kitas, die sich dieser Herausforderung gestellt und mitgemacht haben.

### Aus Erfahrung werden wissenschaftliche Erkenntnisse

Bei der Podiumsdiskussion kamen Akteure aus den Bereichen Wissenschaft, Gesetzlicher Krankenversicherung, Politik, Kitas und Praktiker im Bereich der Gesundheitsförderung ins Gespräch.

**Kneipp-Bund e.V. -  
Bundesverband für  
Gesundheitsförderung  
und Prävention**

**Kneipp-Zentrum  
Pressestelle**

Adolf-Scholz-Allee 6  
86825 Bad Wörishofen  
Fon 08247 / 3002 - 102  
[presse@kneippbund.de](mailto:presse@kneippbund.de)

**Berliner Büro**

Kronenstraße 4  
10117 Berlin  
Fon 030 / 209 66 8371  
[berlinerbuero@kneippbund.de](mailto:berlinerbuero@kneippbund.de)

[www.kneippbund.de](http://www.kneippbund.de)  
[www.kneippvsite.de](http://www.kneippvsite.de)  
Facebook: [@kneippbund](https://www.facebook.com/kneippbund)  
Instagram: [#kneippbund de](https://www.instagram.com/kneippbund)  
Youtube: [Kneipp-Bund e.V.](https://www.youtube.com/Kneipp-Bund-e.V.)  
[www.kneippverlag.de](http://www.kneippverlag.de)  
[www.kneippakademie.de](http://www.kneippakademie.de)  
[www.kneippschule.de](http://www.kneippschule.de)



Thomas Hilzensauer, Bundesgeschäftsführer des Kneipp-Bund e.V., sieht sich darin bestätigt, dass Kinder nach dem Kneippschen Gesundheitskonzept gesünder aufwachsen. „Die Charité/mkk-Studie bestätigt eindeutig, was wir seit langem aus Erfahrung wissen: Die gezielte Einbindung des Konzepts „Kneipp in der Kita“ kann wesentlich zu einer gesunden Entwicklung von Kindern beitragen. Daher fordern wir die Politik auf, dafür zu sorgen, dass die Gesundheitslehre nach Sebastian Kneipp und seine fünf Wirkprinzipien fest in die Ausbildung von Pädagogen integriert werden und das Konzept „Kneipp in der Kita“ ein fester Bestandteil der frühkindlichen Bildung wird.“ Und dass dies kein realitätsferner Wunsch ist, bestätigte die anwesenden Kita-Leitungen, die an der Studie teilgenommen haben: „Es muss einfach machbar sein. Nicht etwas zusätzlich machen, sondern anders. Das ist das Gute an dem Konzept und so kann man es auch auf Dauer durchziehen.“

## Förderung der Gesundheitskompetenz schon im Kindesalter wichtig

„Die Studie ermutigt uns sehr, Kinder schon früh in ihrer Gesundheitskompetenz zu fördern und ihnen zu vermitteln, wie sie sich stärken können“, sagte die Vorständin der mkk – meine krankenkasse, Andrea Galle. Dies könne noch weitreichendere Effekte haben, wie Studienleiter Prof. Georg Seifert feststellte: „Studien dieser Art sind dringend notwendig und zukunftsweisend. Angesichts der dramatisch steigenden mentalen Erkrankungen und des Übergewichts bei Kindern sind wirksame Präventionsstrategien das Mittel der Wahl. Damit können wir gezielt Adipositas und deren Folgeerkrankungen entgegenwirken.“



Von links: Moderatorin Wiebke Kottenkamp, Prof. Georg Seifert, Andrea Galle, Prof. Andreas Michalsen, Thomas Hilzensauer und Stefan Pospiech.

**Kneipp-Bund e.V. -  
Bundesverband für  
Gesundheitsförderung  
und Prävention**

**Kneipp-Zentrum  
Pressestelle**

Adolf-Scholz-Allee 6  
86825 Bad Wörishofen  
Fon 08247 / 3002 - 102  
[presse@kneippbund.de](mailto:presse@kneippbund.de)

**Berliner Büro**

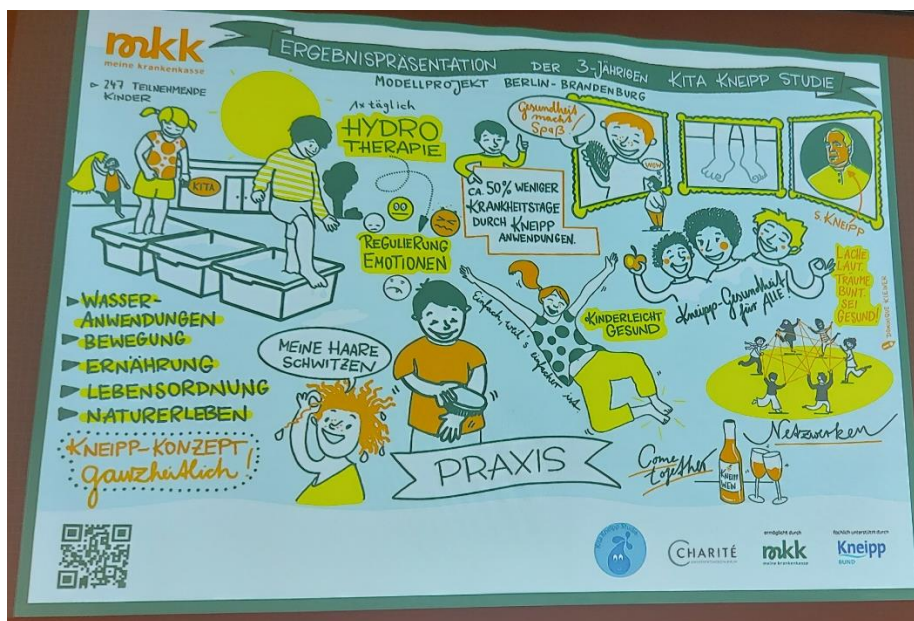
Kronenstraße 4  
10117 Berlin  
Fon 030 / 209 66 8371  
[berlinerbuero@kneippbund.de](mailto:berlinerbuero@kneippbund.de)

[www.kneippbund.de](http://www.kneippbund.de)  
[www.kneippvisite.de](http://www.kneippvisite.de)  
[www.facebook.de/kneippbund](https://www.facebook.de/kneippbund)  
Instagram: #kneippbund.de  
Youtube: Kneipp-Bund e.V.  
[www.kneippverlag.de](http://www.kneippverlag.de)  
[www.kneippakademie.de](http://www.kneippakademie.de)  
[www.kneippschule.de](http://www.kneippschule.de)



Prof. Andreas Michalsen, Chefarzt der Abteilung Naturheilkunde im Immanuel Krankenhaus Berlin, betonte einen grundsätzlichen Aspekt aus seiner Erfahrung: „Wichtig ist es, in die aktive Rolle zu kommen. Das ist theoretisch in jedem Alter möglich, aber am besten so früh wie möglich.“ Dem stimmt auch Stefan Pospiech zu. Als Geschäftsführer von Gesundheit Berlin Brandenburg e.V. ist er intensiv mit dem Thema „Gesundes Auswachsen in Kindertagesstätten“ beschäftigt und unterstrich: „Genau so etwas brauchen wir – eben sinnvolle Ansätze für Verhältnisprävention in den Lebenswelten.“

Bleibende Erinnerung an die Veranstaltung: Die Inhalte wurden kreativ festgehalten in Form einer Graphic Recordings.



**Kneipp-Bund e.V. - Bundesverband für Gesundheitsförderung und Prävention**

**Kneipp-Zentrum Pressestelle**

Adolf-Scholz-Allee 6  
86825 Bad Wörishofen  
Fon 08247 / 3002 - 102  
[presse@kneippbund.de](mailto:presse@kneippbund.de)

**Berliner Büro**

Kronenstraße 4  
10117 Berlin  
Fon 030 / 209 66 8371  
[berlinerbuero@kneippbund.de](mailto:berlinerbuero@kneippbund.de)

[www.kneippbund.de](http://www.kneippbund.de)  
[www.kneippvisite.de](http://www.kneippvisite.de)  
[www.facebook.de/kneippbund](https://www.facebook.de/kneippbund)  
Instagram: #kneippbund de  
Youtube: Kneipp-Bund e.V.  
[www.kneippverlag.de](http://www.kneippverlag.de)  
[www.kneippakademie.de](http://www.kneippakademie.de)  
[www.kneippschule.de](http://www.kneippschule.de)



Der Kneipp-Bund e.V. ist mit seinen 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 Kneipschen Naturheilverfahren in Berührung kommen. Seit 1897 setzen wir uns für einen gesunden und naturverbundenen Lebensstil ein. Viele Menschen haben sich in den vergangenen rund 125 Jahren mit Überzeugung und Leidenschaft für die Lehre Sebastian Kneipps engagiert und an der nachhaltigen Entwicklung bis hin zum immateriellen Kulturerbe mitgewirkt. Das Gesundheitskonzept nach Sebastian Kneipp wurde stetig und auf Basis neuester wissenschaftlicher Forschungsergebnisse weiterentwickelt und umfasst heute fünf Elemente: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung. Hinter diesem ganzheitlichen Ansatz verbirgt sich die Erkenntnis, dass ein hoch wirksames Immunsystem, eine umfassende körperliche Fitness und eine überdurchschnittliche Stressresistenz die Selbstheilungskräfte anregt und die Widerstandsfähigkeit stärkt. Dies sind unverzichtbare Voraussetzungen für den Lebens- und Arbeitsstil unserer Zeit.