

## **Kraft tanken mit Kneipp**

Natürlich einfach, einfach natürlich

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bekommen die Möglichkeit, Elemente aus dem Kneipp'schen Gesundheitskonzept auszuprobieren. Sie erleben, was gut tut und können die für sie passenden Impulse in den eigenen Alltag übertragen.

**Bewusstmachen**  
**Die eigene Kraft wieder spüren**  
**Impulse zur Selbstsorge**

### **Inhalte - je nach Wetter und Gruppe:**

- Taulaufen, kleine Wasserkunde im Kurpark, Gesichtsguss
- Kräutergarten
- Klangmeditation, Cornhole
- Zum Abschluss: kleine Anwendung mit Wasser und Duft

**Termin:** Donnerstag, 10. Oktober 2024  
10.00 bis 13.00 Uhr

**Ort:** Räume des Kneipp-Vereins  
Emser Straße 3  
Bad Schwalbach  
bzw. Kurpark und Kräutergarten

**Referentin:** Christine Ott,  
Kneipp-Verein Bad Schwalbach/Rheingau-Taunus e.V.

### **Anmeldung (begrenzte Teilnehmerzahl):**

Per Mail [kompetenzzentrumpflege@rheingau-taunus.de](mailto:kompetenzzentrumpflege@rheingau-taunus.de)  
oder Tel. 06124 510-525 oder -527

Die Veranstaltung ist für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer **kostenfrei**.