

Quelle Märkische Oderzeitung vom 18.05.2011
Seite 15
Jahrgang 22
Nummer 115
Ressort Barnim Echo

Heilen mit Hilfe der Natur

Kneipp-Verein Niederbarnim feierte 190. Geburtstag von Kneipp

Bernau (bag) 190 Jahre wäre Gesundheitspastor Sebastian Kneipp gestern geworden. Anlass genug für den Kneipp-Verein Niederbarnim, um sich im AWO-Treff an der Stadtmauer gestern dem fünften Element kneippischer Gesundheit zu widmen, der Lebensordnung.

„Wie der Name schon sagt, geht es dabei um die Organisation des eigenen Lebens“, erklärt Joachim Rudolph, Vorsitzender des Kneipp Vereins. „Wenn diese gestört ist, sei es durch Stress, Überforderung oder gestörte Familienverhältnisse, dann wirkt sich das auf die Gesundheit aus. Wenn etwas in der Lebensordnung aus dem Gleichgewicht ist, kann es zu Burn Out oder Depressionen kommen“, erklärt er.

Miriam Ortiz, wissenschaftliche Mitarbeiterin am Kneipp-Lehrstuhl der Charite Berlin hielt vor zahlreichen interessierten Gästen anschließend den Festvortrag, in dem es auch um die übrigen vier kneippischen Elemente Wasser, Bewegung, Ernährung und Heilpflanzen ging.

60 Mitglieder hat der Kneipp Verein Niederbarnim inzwischen, berichtet der Vorsitzende. „Wir betreiben Kursarbeit, Ziel ist es,



Alles Kneipp: Ursula Rudolph zeigt Karin Stötzer die Wirkung einer Massage mit Trockenbürste. Foto: MOZ/Sergej Scheibe

die kneippische Gesundheitslehre zu verbreiten“, umreißt er die Ziele des Vereins. „Zugleich bieten wir praktische Kurse wie Pilates, Wasser-Gymnastik, autogenes Training und Yoga an. Dazu kommen theoretische Angebote wie ein monatlicher Fachvortrag.“

Inzwischen gebe es im Niederbarnim auch bereits drei Ki-

tas, die den Kindern die Lehre von Kneipp näher bringen, nämlich die Kita Regenbogen in Bernau, die Kita Eichhörnchen in Zerpenschleuse und die Kita in Niederfinow.

Kontakt: Kneipp-Verein Niederbarnim, www.kneipp-verein-niederbarnim.de, Telefon: 03338 755656