

# Workshop Immunsystem stärken mit Kneipp



Kneippen ist ein ganzheitliches Naturheilverfahren und wurde von Sebastian Kneipp (1821-1897) gegründet und stetig weiterentwickelt.

Es bietet eine Fülle von Möglichkeiten zur Gesundheitsförderung und Heilung - und ist heute aktueller denn je!

Im KneippGarten Gisikon, erhältst du einen Überblick über die kneipp'sche Gesundheitslehre mit den 5 Säulen, lernst das spannende Leben von Kneipp kennen und kannst konkrete Anwendungen gleich selber ausprobieren. Du erhältst viele wertvolle Tipps zur Stärkung deines Immunsystems, die du leicht in deinem Alltag integrieren kannst. Die Herstellung eines Badesalzes, sowie einen gesunden Apéro runden den Workshop ab.

Maximal können 10 Personen teilnehmen, unter Einhaltung Schutzkonzept (Maskenpflicht im Pavillon)

**Datum:** Samstag, 29. Mai 2021  
**Zeit:** 9.00 bis 12.00 Uhr  
**Treffpunkt:** KneippGarten Gisikon  
**Mitnehmen:** Kleider für drinnen und draussen, hochkrepelbare Hosen, Maske

**Kosten:** Mitglieder Frauenforum Fr. 50.-, Nichtmitglieder Fr. 55.-

**Leitung:** Daniela Elmiger Amrein, Kneipp Gesundheitsberaterin,  
[www.naturtankstelle.ch](http://www.naturtankstelle.ch)

**Anmeldung:** Andrea Stirnimann, [andrea.stirnimann@datazug.ch](mailto:andrea.stirnimann@datazug.ch)  
041 450 05 03 bis 22.5.21

