

**"Das beste, was man gegen die Krankheit tun kann,
ist, etwas für die Gesundheit zu tun."**

Unser Gesundheitsbewusstsein ist erwacht. Wir sind sensibilisiert auf Umweltschäden, Nebenwirkungen der Medikamente, veränderte Nahrungsmittel sowie rasch ansteigende Kosten im Gesundheitswesen. Die Kneipp-Gesundheitslehre bietet uns mit ihren wissenschaftlich fundierten Anwendungen eine umfassende Anzahl krankheitsvorbeugender Übungen. Bei etwas Weitsicht ist zu erkennen, dass sie die beste Voraussetzung dafür ist, die Kosten im Gesundheitswesen in den Griff zu bekommen. Die aktive Kneipperin und der aktive Kneipper tragen die Verantwortung für die Erhaltung ihrer Gesundheit selbst. Ihr persönlicher Gewinn liegt in einer erhöhten Lebensqualität, mehr Lebensfreude und gesteigerter Leistungsfähigkeit. Dadurch können Sie Krankenkassenprämien sparen, indem Sie Ihren Selbstbehalt (Franchise) ohne grosses Risiko erhöhen können.

Darum erlernen Sie mit den 5 Wirkprinzipien ein umfassendes naturnahes Gesundheitssystem, das sich schon seit über hundert Jahren bewährte. Sebastian Kneipp (1821-1897) der Begründer dieser Therapie, hatte sich im Jahre 1849 von der Lungentuberkulose mit Tauchbädern im kalten Wasser selber geheilt (Antibiotika gab es damals noch nicht). Die naturmedizinische Kneipp-Therapie ist heute wichtiger denn je und zeigt aktuelle Lösungen für die brennenden Probleme im Gesundheitswesen. Werden Sie Mitglied oder besuchen Sie unsere Kurse im gemeinnützigen Kneipp-Verein Meilen und Ihr Wohlbefinden wird sich durch die aktive Teilnahme an unseren Veranstaltungen wesentlich steigern. Details auf: www.kneipp-meilen.ch oder Tel. **044 793 28 45**, Kneippsekretariat Meilen

Denn regelmässiges Kneippen schafft neue Gesundheitskapazitäten. Gesundheit ist ein labiles System, das vielen krankmachenden Reizen ausgesetzt ist. Daher wird es immer entscheidender, mit Kneippen über Gesundheitsreserven zu verfügen, um in Zeiten hoher Stressbelastung, viraler und bakterieller Bombardements des Immunsystems oder Mehrfachbelastungen gewappnet zu sein. Unsere vier wichtigsten krankmachenden Belastungsfaktoren der heutigen Zeit sind Stress, Bewegungsmangel, Fehlernährung und soziale Isolation. Im Kneippverein Meilen werden diese Belastungsfaktoren mit geeigneten Aktivitäten gezielt abgebaut.

Ihr Kurt Diesmeier, Präsident, Kneipp-Verein Meilen

**"Das beste, was man gegen die Krankheit tun kann,
ist, etwas für die Gesundheit zu tun."**

Unser Gesundheitsbewusstsein ist erwacht. Wir sind sensibilisiert auf Umweltschäden, Nebenwirkungen der Medikamente, veränderte Nahrungsmittel sowie rasch ansteigende Kosten im Gesundheitswesen. Die Kneipp-Gesundheitslehre bietet uns mit ihren wissenschaftlich fundierten Anwendungen eine umfassende Anzahl krankheitsvorbeugender Übungen. Bei etwas Weitsicht ist zu erkennen, dass sie die beste Voraussetzung dafür ist, die Kosten im Gesundheitswesen in den Griff zu bekommen. Die aktive Kneipperin und der aktive Kneipper tragen die Verantwortung für die Erhaltung ihrer Gesundheit selbst. Ihr persönlicher Gewinn liegt in einer erhöhten Lebensqualität, mehr Lebensfreude und gesteigerter Leistungsfähigkeit. Dadurch können Sie Krankenkassenprämien sparen, indem Sie Ihren Selbstbehalt (Franchise) ohne grosses Risiko erhöhen können.

Darum erlernen Sie mit den 5 Wirkprinzipien ein umfassendes naturnahes Gesundheitssystem, das sich schon seit über hundert Jahren bewährte. Sebastian Kneipp (1821-1897) der Begründer dieser Therapie, hatte sich im Jahre 1849 von der Lungentuberkulose mit Tauchbädern im kalten Wasser selber geheilt (Antibiotika gab es damals noch nicht). Die naturmedizinische Kneipp-Therapie ist heute wichtiger denn je und zeigt aktuelle Lösungen für die brennenden Probleme im Gesundheitswesen. Werden Sie Mitglied oder besuchen Sie unsere Kurse im gemeinnützigen Kneipp-Verein Meilen und Ihr Wohlbefinden wird sich durch die aktive Teilnahme an unseren Veranstaltungen wesentlich steigern. Details auf: www.kneipp-meilen.ch oder Tel. **044 793 28 45**, Kneippsekretariat Meilen

Denn regelmässiges Kneippen schafft neue Gesundheitskapazitäten. Gesundheit ist ein labiles System, das vielen krankmachenden Reizen ausgesetzt ist. Daher wird es immer entscheidender, mit Kneippen über Gesundheitsreserven zu verfügen, um in Zeiten hoher Stressbelastung, viraler und bakterieller Bombardements des Immunsystems oder Mehrfachbelastungen gewappnet zu sein. Unsere vier wichtigsten krankmachenden Belastungsfaktoren der heutigen Zeit sind Stress, Bewegungsmangel, Fehlernährung und soziale Isolation. Im Kneippverein Meilen werden diese Belastungsfaktoren mit geeigneten Aktivitäten gezielt abgebaut.

Ihr Kurt Diesmeier, Präsident, Kneipp-Verein Meilen