



Kneipp NRW heute ...

tolerant und aufgeschlossen

achtsam und nachhaltig

vielfältig und wertschätzend

Unser Ziel ist es, das ganzheitliche, naturnahe Gesundheitskonzept von Sebastian Kneipp zu bewahren, den Menschen näher zu bringen sowie es anhand wissenschaftlicher Erkenntnisse stetig weiterzuentwickeln.

Das Gesundheitskonzept nach Kneipp bietet viele einfache, alltägliche Routinen, mit denen interessierte Menschen ihre Gesundheitsvorsorge selbst in die Hand nehmen können.

Wir sind Mitglied im Dachverband Kneipp-Bund e. V., der größten privaten Gesundheits(vorsorge)organisation in Deutschland.

Kneipp NRW in Zahlen

67 Kneipp-Vereine

95 nach Kneipp anerkannte Einrichtungen

> 17.000 Mitglieder

DU hast ...

... Lust, etwas zu bewegen?

... Spaß an Teamarbeit?

... Interesse an Gesundheitsthemen?

PERFEKT!

Dann bist du genau richtig, um gemeinsam mit dem Kneipp-Verein ansprechende Angebote in den Bereichen Gesundheitsvorsorge, Wellness und Bewusstsein für Umwelt und Natur auf die Beine zu stellen.



Möchtest du weitere Informationen erhalten oder dich einmal mit uns treffen? Kontaktiere uns gern:



Kneipp-Bund
Landesverband NRW e. V.
Marktstr. 34 - 45355 Essen
☎ 0201 2487 282

kontakt@kneippbund-nrw.de
www.kneippbund-nrw.de



13 Gründe für das Ehrenamt im Kneipp-Verein

Wir suchen
DICH !



13 Gründe fürs Ehrenamt

Im Ehrenamt tust du viel für andere. Darüber hinaus ist das Ehrenamt aber auch DIE Chance, mit anderen zusammenzukommen und dich selbst zu entfalten. Im Ehrenamt kannst du:

1. deine Zeit sinnvoll nutzen

2. Gemeinschaft erleben

3. als Team etwas bewegen

4. deine Talente und Soft-Skills einbringen und ausbauen, auch die, die im sonstigen (Arbeits-)Leben zu kurz kommen

5. dich in verschiedenen Bereichen ausprobieren

6. deine beruflichen Perspektiven erweitern, verändern und verbessern

7. mit dem Kneipp-Verein einen Beitrag für die eigenverantwortliche Gesundheitsvorsorge in der Gesellschaft leisten

Dabei kannst du stets auf die Unterstützung des Kneipp-Netzwerks und aller Kneipp-Freund*innen zählen und weitere Vergünstigungen erhalten. Dazu zählen zum Beispiel:

8. Fortbildungen im Bereich Vereinsrecht, Vereinsführung und -marketing

9. Fortbildungen zum Kneippschen Gesundheitskonzept

10. Vergünstigungen bei verschiedenen Anbietern für Kneipp-Mitglieder

11. ein weitreichendes Kneipp-Netzwerk und Kooperationen mit anderen Organisationen wie z. B. dem Landessportbund NRW e. V.

12. Engagementnachweis – für Ihren Lebenslauf und beruflichen Werdegang

13. Ehrenamtskarte – weitere Vergünstigungen als Anerkennung deines Engagements



Ganzheitlich gesund
mit den 5 Elementen des Kneippschen Gesundheitskonzepts



Wasser

Wasseranwendungen wie Waschungen, Güsse, Abreibungen, Wickel, Schnee- und Taulaufen sowie Bäder und Teilbäder aktivieren das Immunsystem, fördern die Durchblutung oder wirken beruhigend und stresslösend.



Bewegung

Gemäß dem Kneippschen Zitat: „Untätigkeit schwächt, Übung stärkt, Überlastung schadet“ fördert die Kneippsche Philosophie maßvolle, dafür regelmäßige Bewegung.



Ernährung

Ausgewogen, regional, saisonal und möglichst pflanzenreich, so sieht die Ernährung nach Kneipp aus. Darüber hinaus sind auch Genuss und Ruhe essenzielle Bestandteile einer gesunden Mahlzeit.



Heilpflanzen

Heilpflanzen lassen sich zu Tees, Speisen, Balsamen, Ölen, Tinkturen oder Kosmetik verarbeiten. Die Natur bietet alles, um leichte Beschwerden zu behandeln und sorgt für eine natürliche Gesundheitsvorsorge.



Lebensordnung

Entspannungstechniken, achtsamer Umgang mit sich selbst und seiner Umwelt sowie ein bewusster Umgang mit seinem Lebensrhythmus bilden das Fundament der Kneippschen Elemente.