

# 17. KneippFestival SchleswigHolsteins

## 10. Juni 2018 11-18 Uhr in Bad Malente-Gremsmühlen

### "Nimm Dir Zeit"

"Das mach ich, wenn ich mal Zeit habe!"

So sagen wir und schieben das weiter, was wir eigentlich richtig gern machen, und eben nur grad gar keine Zeit dafür haben. Immer gibt es etwas Wichtiges, wofür kein Zeitaufschub möglich ist.

Wir sind getacktet vom Aufwachen bis zum Schlafengehen, vom Frühstück bis zum Abendbrot, vom zur Arbeit / zur Schule gehen bis zum Einkaufen.

Wann nehmen Sie sich Zeit, ein Buch in die Hand zu nehmen, einen Brief zu schreiben, den Wolken nachschauen, nichts zu tun?

Ein irischer Text zum Thema gibt ganz praktische Anleitung:

*Nimm Dir Zeit, um zu lesen, es ist die Grundlage des Wissens.*

*Nimm Dir Zeit, um freundlich zu sein, es ist das Tor zum glücklich sein.*

*Nimm Dir Zeit, um zu lieben, es ist die wahre Lebensfreude.*

*Nimm Dir Zeit, um froh zu sein, es ist die Musik der Seele.*

Wir leben heute in einer recht hektischen und leistungsorientierten Welt. Zeitmangel gehört für viele Menschen zum Alltag. Es fehlt die Zeit für Dinge und Menschen, die uns wichtig sind. Der römische Philosoph Seneca hat es vor etwa 2000 Jahren auf den Punkt gebracht hat:

*Es ist nicht zu wenig Zeit, die wir haben, sondern es ist zu viel Zeit, die wir nicht nutzen.*

Die Zeit verrinnt. Mit jedem Atemzug werden wir älter und jede Zelle in uns. Und wer krank wird, braucht richtig Zeit.

Zum 17. Kneippfestival am Sonntag, 10. Juni haben wir uns dieses Thema gewählt. In der heilsamen Atmosphäre des Kurparks und des Kurhauses rufen wir zum Kennenlernen der fünf Elemente der Naturheilkunde Wasser- Bewegung – Ernährung - Kräuter – Lebenslust ein.

Wir laden Euch ein, euch mit einem Stand und/oder Vortrag/Workshop daran zu beteiligen. Wir möchten Alternativen aufzeigen und rechnen auf Eure/Ihre kreativen und fachkundigen Beiträge.

Da uns die Gemeinde Malente nach Ihrer Reform der Tourismus Agentur nicht mehr finanziell unterstützt, müssen wir den Teilnahmebetrag für das Kneippfestival auf 50,00 € erhöhen.

Ein Anmeldebogen liegt diesem Schreiben bei.

Wir bitten die Anmeldung bis zum 31. März an Christian Leichtfuß:

[c.leichtfuss@t-online.de](mailto:c.leichtfuss@t-online.de) zuzusenden oder per Post nach 24103 Kiel, Königsweg 25.

Für Informationen könnt Ihr/Sie uns telefonisch erreichen.

Salutogene Grüße

Christian Leichtfuß Tel.: 04561 – 528 29 28

Erich Conradi Tel. 0151 1688 8312