

## Kneipp-Kurs 2 für Pflegepersonal

### Fit und gesund durch den Winter mit Kneipp

**Schwerpunkt:** Immunsystem stärken, wohltuende Anwendungen bei Erkältung

**Inhalt des Kurses:** Erkältung, Husten, Heiserkeit ... Muss das sein? Beugen Sie vor. Entdecken Sie die Gesundheitslehre Kneipp's, um Ihren Körper gesund und fit zu erhalten. In Theorie und Praxis lernen Sie einige Kneipp-Anwendungen kennen, die Sie kostengünstig und ohne grossen Zeitaufwand in die Pflege oder bei sich zu Hause einbauen können. Lassen Sie sich inspirieren für einen gestärkten Alltag.

**Gezeigt werden:** Stärkungsübungen für das Immunsystem, Waschungen und Wickel

**Wo und wann:** Der Kurs wird ab acht Personen direkt vor Ort in Ihrer Institution abgehalten. Möglich ab sofort sowie nach Vereinbarung.

**Dauer:** 3 Stunden, Theorie und praktische Anwendungen

**Teilnehmer** 8 bis 12 Personen

**Kosten** Pauschal Fr. 750.00, dies beinhaltet Theorie und Praxis vor Ort, inkl. Schulungs-Unterlagen.

**Kursleitung:** Silvia Aebi, Zentralpräsidentin Schweizer Kneippverband  
Pflegefachfrau HF/dipl. Kneipp-Gesundheitsberaterin

#### Auskunft und Anmeldung

Schweizer Kneippverband, Weissensteinstrasse 35, 3007 Bern  
031 372 45 43, Fax 031 372 91 61, [info@kneipp.ch](mailto:info@kneipp.ch), [www.kneipp.ch](http://www.kneipp.ch)

