

## VERANSTALTER

Kolpingwerk/Kolping-Erwachsenen-Bildungswerk  
Diözesanverband Eichstätt e.V.  
Burgstr. 8, 85072 Eichstätt  
Tel. 08421/50-584  
Mail: [bflieger@bistum-eichstaett.de](mailto:bflieger@bistum-eichstaett.de)  
[www.kolpingwerk-eichstaett.de](http://www.kolpingwerk-eichstaett.de)

in Zusammenarbeit mit dem Kolping Bezirksverband  
Roth und der Kolphingsfamilie Rednitzhembach



## OFFENER AUSZEIT-TAG FÜR FRAUEN

*Das Gesundheits-  
konzept nach  
Sebastian Kneipp*

21. November 2020  
Rednitzhembach

Zum Begegnungstag des **Bezirks Roth** laden wir alle Frauen herzlich nach **Rednitzhembach** ein!

Das Thema des Tages lautet:

## *Das Gesundheitskonzept nach Sebastian Kneipp*

Am Vormittag und am Nachmittag werden wir uns mit der Theorie und Praxis der fünf Elemente (Wirkungsbereiche) nach Kneipp beschäftigen.

**Wasser** – Lebenselixier, **Bewegung** – ist Leben, **Kräuter** – im Garten und am Wegesrand, **Ernährung** – gesundes Essen, **Lebensordnung** – meditative Gedanken, zur Ruhe kommen.

Wir lernen, wie die Elemente mühelos in den Alltag integriert werden können und so zu einem gesundheitsbewussten Lebensstil verhelfen, der Freude macht.

Mit freundlichen Grüßen

**Eva Ehard**  
Diözesanvorsitzende  
Kolpingwerk DV Eichstätt

**Petra Rank**  
Frauenbeauftragte  
Kolpingwerk DV Eichstätt

### TERMIN

Samstag, 21. November 2020  
9:00 Uhr bis ca. 16:30 Uhr

### VERANSTALTUNGSORT

Jugendheim  
Untermainbach Weg 24  
91126 Rednitzhembach

### REFERENTIN

Edeltraud Meier

### LEITUNG/ORGANISATION

Petra Rank, Simone Hauenstein

### TEILNAHMEGEBÜHR

15 € (Verpflegung inklusive)

=> **Pro Teilnehmerin bitte ein Handtuch mitbringen!**

### PROGRAMMABLAUF

09:00 Uhr Begrüßung und Morgenlob

09:30 Uhr *Kneipp's Gesundheitskonzept*

12:00 Uhr Mittagessen

13:00 Uhr *Kneipp's Gesundheitskonzept*

15:00 Uhr Kaffee und Kuchen

16:00 Uhr Gemeinsamer Gottesdienst

Ende ca. 16:30 Uhr

*Hygiene: Es gelten die aktuell üblichen Hygienevorgaben von Bund und Land (Abstandsregelung, Desinfektion, Mundschutz)!*

*Hinweis: Während der Veranstaltung werden Foto-/Film- und Tonaufnahmen gemacht. Mit Ihrer Teilnahme erklären Sie, dass diese seitens des Kolpingwerk DV Eichstätt zur zeitlichen, örtlichen und inhaltlichen unbegrenzten Nutzung in allen Medien (z.B. Internet, Social Media, Printmedien usw.) genutzt werden dürfen. Sie verzichten ausdrücklich auf die Geltendmachung des „Rechtes am eigenen Bild“.*

### ANMELDUNG

Bitte telefonisch bei einer der nachstehend genannten Personen Ihrer Kolpingsfamilie anmelden:

<b>KF Abenberg:</b> Alexander Voitel	09178/998123
<b>KF Allersberg:</b> Brigitte Harrer	09176/90538
<b>KF Hilpoltstein:</b> Angelika Meixner-Pauli	09174/2714
<b>KF Nbg.-Katzwang:</b> Hannelore Meier	09122/77213
<b>KF Rednitzhembach:</b> Simone Hauenstein	09122/873576
<b>KF Roth:</b> Kathrin Cristall	09171/70187
<b>KF Spalt:</b> Eva Ehard	09175/1397
<b>KF Schwabach:</b> Christa Uhl	09122/5695
<b>KF Schwanstetten:</b> Siglinde Ludwig	09170 / 8513
<b>Diözesanverband:</b> Petra Rank	09875/1337

**ANMELDESCHLUSS:** Montag, 09. November 2020