

Stadt Mühlheim am Main, Mittwoch, 27. Juli 2016

---

## Kneippen in Lämmerspiel - Nachhaltiges Projekt im Visier

Der Einladung der Projektinitiatoren Frau Dr. med Beate Knaur und Physiotherapeutin Frau Sigrid Tinat sind zahlreiche Interessierte gefolgt und ein guter Anfang ist geglückt. Nach dem ersten Informationsabend für eine Kneippanlage in Lämmerspiel gab es trotz der Wetterkapriolen reichlich Zuspruch. Sämtliche anwesenden Bürgerinnen und Bürger zeigten sich von dem Projekt „Kneippen in Lämmerspiel“ begeistert, so auch Bürgermeister Daniel Tybussek: „Ich freue mich über das Interesse, dass bereits mit diesem ersten Infoabend geweckt werden konnte und den jetzt schon vorhanden breiten Zuspruch zu diesem Projekt, dass die Gesundheit und das Wohlbefinden der Mühlheimer Bürgerinnen und Bürger, egal ob alt oder jung, fördern würde.“

Pfarrer Kost unterstützt ebenfalls das Vorhaben seines Pfarrerkollegen Sebastian Kneipp, dem Namensgeber eines der ersten entwickelten präventiven Gesundheitsprogramme, dass u.a. zur Stabilisierung von Kreislauf- und Nervensystem und der Schmerzlinderung dient, aber auch bei niedrigem Blutdruck hilft, Atemstimulation und Gefäßtraining unterstützt, das Immunsystem bei Infektanfälligkeit stärkt und nicht zuletzt bei Einschlafstörungen hilft. Außerdem bringt es so nebenbei jede Menge Spaß. Kneipp sagte hierzu: " Im Maße liegt die Ordnung. Jedes zu viel und zu wenig setzt anstelle von Gesundheit die Krankheit."

Die 5 Elemente der Kneipp-Therapie: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Balance sollen mit diesem Projekt fest etabliert werden. Besonders für Kinder kann das Kneippen ein Einstieg zu einer gesunden Lebensführung sein.

Als idealer Platz wäre die kleine Parkanlage hinter dem Feuerwehrhaus die erste Wahl, da es sich hierbei um städtisches Eigentum handelt, öffentlich für jedermann zugänglich -ein Wasseranschluss sowie Abfluss leicht realisierbar wäre und sich durch eine gute Erreichbarkeit für die Kindergarten- und Grundschul Kinder, Senioren und Fahrradfahrer auszeichnet.

Im nächsten Schritt können und sollen aber auch alle Mühlheimerinnen und Mühlheimer zum Gelingen des Projekts beitragen, dies geschieht auf dem denkbar einfachsten Weg: In den nächsten Wochen werden sowohl in Mühlheim als auch in Lämmerspiel Unterschriftenlisten zur Unterstützung dieses Projekt an allen wichtigen öffentlichen Lokalitäten ausgelegt. Mit dieser Aktion werden alle, die dieses Projekt befürworten und unterstützen, aufgerufen, ihre Unterschrift auf diese Listen zu setzen.

Um alle Bürgerinnen und Bürger auf dem aktuellen Stand der Entwicklung zu halten, sind aktuelle Informationen auf der Homepage der Stadt Mühlheim geplant. Ein nächstes Treffen für alle gesundheitsbewussten und interessierten Mitbürger ist für Anfang November vorgesehen. Für Fragen rund um das Thema stehen Ihnen die beiden Initiatorinnen Frau Sigrid J. Tinat (Praxis für Physiotherapie Lämmerspiel – [praxis@sigrid-tinat.de](mailto:praxis@sigrid-tinat.de)) und Frau Dr. med Beate Knaur ([drbeate.knaur@arcor.de](mailto:drbeate.knaur@arcor.de)) zur Verfügung.