

„Warte nicht – wickel Dich“ – Wickelworkshop

Mit Heike Sebald

Am Donnerstag, den 11. April von 19.00 bis 21.00 Uhr im Gesundheitszentrum der St. Antonius-Apotheke, Bahnhofstraße 13b, 1. Stock in Rednitzhembach. Max. 6 TN. Gebühr 20 € MG, 25 € NM. Anmeldung/Info per Mail unter: mail@heikesebald.de oder 09122/833164.

Wie Sebastian Kneipp wirst Du lernen, wie du original Lenden- und Leberwickel anlegen kannst. Sowohl bei Dir selbst als auch bei anderen. Im Vorfeld steht die richtige Vorbereitung und das entsprechende Wickelmaterial.

Wie falte ich die Wickeltücher? Verwende ich einen Zusatz und wenn ja welchen? Es werden verschiedene Wickelmaterialien für diese Wickel vorgestellt.

Das Wichtigste ist jedoch die Frage – „Warum sind diese Wickel mitten im Alltag so hilfreich und wohltuend?“