AUSGABE NR. 3 | 2021

Bad Camberg
GESUNDHEITSERLEBNIS IM TAUNUS

KUR Journal

Bad Camberg lädt ein!

OBERSELTERS
SEIT 1678
Starker Partner der
Stadt Bad Camberg

200 JAHRE KNEIPP 4

6 KNEIPPSCHER VOLLGUSS

PFLANZLICHE APOTHEKE 8

11 DEN KNEIPP-RUNDWEG ENTDECKEN

UNSERE THEMEN

04 DAS KNEIPP-JAHR 2021
Kneipp-Kindertagesstätte „Spatzennest" stellt sich vor

05 KNEIPP-KUNSTWETTBEWERB
Schüler begeistern mit tollen Exponaten

06 KNEIPPTIPP
Der Vollguss und seine positiven Effekte

07 KRÄUTERTIPP
Der Wallnussbaum – die reinste Apotheke

09 BAD CAMBERG AKTUELL
Neues Gastgeberverzeichnis veröffentlicht

10 VERANSTALTUNGS-TIPPS
Führungen durch Bad Camberg

11 #BAD CAMBERG ENTDECKEN
Auf den Spuren Sebastian Kneipps

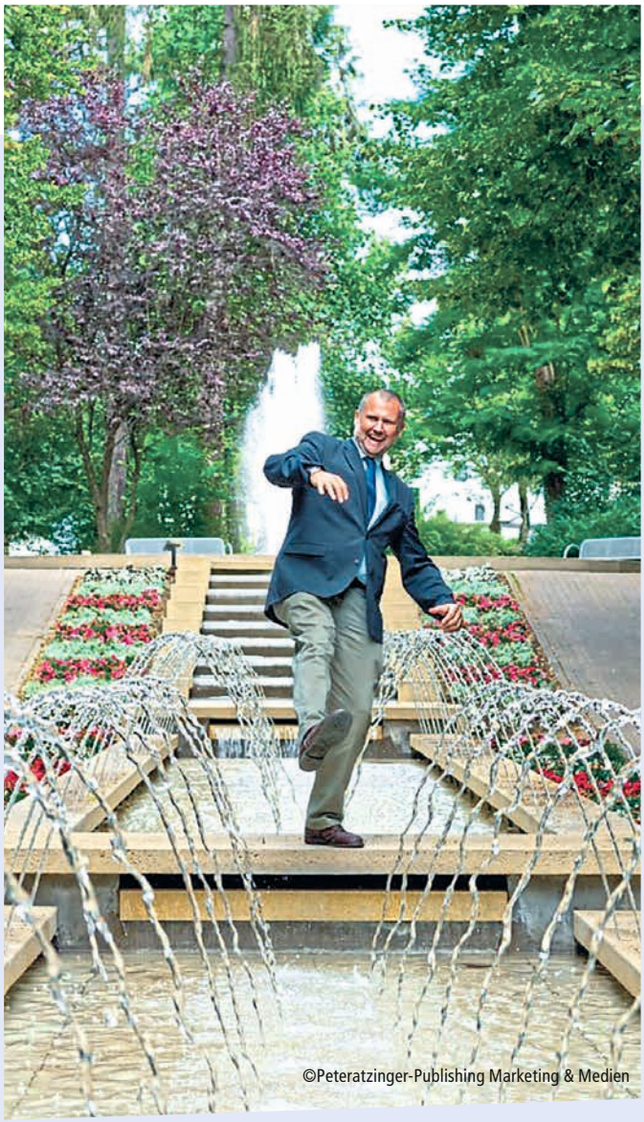
14 #BAD CAMBERG GENIESSEN
Italienisches Flair am Obertorturm

Liebe Bürgerinnen und Bürger, liebe Gäste Bad Cambergs,

mit dem aktuellen Kur-Journal präsentieren wir Ihnen wieder eine bunte Mischung zum Lesen, Anschauen und Probieren. Der 200. Geburtstag von Sebastian Kneipp setzt in diesem Jahr einige besondere Schwerpunkte. So finden Sie z. B. einen Bericht über einen Kunstwettbewerb zum Thema Kneipp, den wir ausgelobt haben. Die Ergebnisse zeigen, dass wir nicht nur talentierten und sehr kreativen Nachwuchs in unserer Stadt haben. Man merkt auch, dass Kneipp schon früh im Bewusstsein der Kinder ankommt.

Kneipp ist bereits in der Kindertagesstätte und in der Grundschule ein Thema und wird quasi vorgelebt. Natürlich haben wir mit unserem Kurpark und den neuen Hochbeeten mit Früchten zum Naschen sowie auch dem Kräutergarten schöne Anlaufpunkte mitten im Herzen unserer Stadt. Aber vielleicht möchten Sie gerne auch einmal eine größere Runde machen? Dann folgen Sie doch einfach unserem Kneipp-Rundweg. Zum Abschluss bietet sich dann ein Besuch in der Gastronomie an. Im Genießerteil stellen wir Ihnen heute das „Camastro" vor. „Man muss auf den ganzen Körper wirken, wenn man den Krankheitsstoff beseitigen will."

Wenn man sich dieses Kneipp-Zitat in Erinnerung ruft, schwindet auch das schlechte Gewissen, wenn nach einem langen Spaziergang einmal eine Kalorie zu viel verzehrt wird. Letztlich dient ein solches kleines Alltagsvergnügen auch der inneren Ausgeglichen- und Zufriedenheit und ist damit ganz im Sinne Kneipps. Viel Spaß bei der Lektüre und schöne Sommertage in Bad Camberg wünscht Ihnen



Ihr
Jens-Peter Vogel, Bürgermeister

Zusammen mit ihren Erzieherinnen machten die Kinder der Kneipp-Kindertagesstätten die Hochbeete im Kurpark zu richtigen „Naschecken". Alles, was gepflanzt ist, darf von den Besuchern des Parks probiert werden. Bürgermeister Jens Peter Vogel freut sich natürlich über die fleißigen Helfer, die für die Stadtgärtner eine willkommene Hilfe sind.

SPATZEN-KINDER FEIERN DEN GEBURTSTAG VON SEBASTIAN KNEIPP

Die Kneipp-Kindertagesstätte „Spatzennest“ stellt sich im Kur-Journal vor

Die Kindertagesstätte „Spatzennest“ liegt im Stadtteil Würges. Das Grundstück liegt zentral im dörflichen Bereich, gleich neben dem Gemeindezentrum. Die Kindertagesstätte ist gut zu Fuß, mit dem PKW oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. Unser Haus ist umgeben von landwirtschaftlich genutzten Wiesen und Gärten und dem rauschenden Emsbach. Die Straße ist verkehrsberuhigt. Unsere Kindertagesstätte bietet ein großzügiges und naturnahes Außenspielgelände mit vielfältigen Spielmöglichkeiten an. In unseren Garten gelangen wir über den Flur. Jeder Gruppenraum hat aber auch eine Tür, die direkt nach außen in den Garten führt.

Im Sommer 2011 wurde unser Außenspielgelände in Zusammenarbeit mit der Architektin der Stadt Bad Camberg in verschiedenen Bereichen neugestaltet. Ideen und Erfahrungen des pädagogischen Fachpersonals, des Elternbeirats, des Fördervereins und der Kinder konnten vielfältig umgesetzt werden. Besonders stolz sind wir auf einen sehr alten Baumbestand, der uns im Sommer natürlichen Schatten spendet und uns die Jahreszeiten auf seine Art vermittelt. Bei den gepflanzten Sträuchern wurde bewusst auf einheitliche, nicht giftige Sträucher zurückgegriffen. Verschiedene Pflanzbeete lockern das gesamte Gelände auf. Durch das Einbeziehen der Kinder in die Gartenarbeit können sie den Wechsel der Jahreszeiten beobachten und lernen Gesätes und Geerntetes wertzuschätzen. Die Spielbereiche sind teils mit Naturquadersteinen abgegrenzt. Sie laden zum Verweilen und zu Rollenspielen ein.

Fußball, Wett- und andere Kreisspiele sind auf unserem Rasen jederzeit möglich. Ein geschwungener Rundweg motiviert unsere Kinder, verschiedene Fahrzeuge auszuprobieren. Ein großer Sandspielbereich zieht immer wieder die Aufmerksamkeit aller Kinder auf sich. Eine Besonderheit ist auch unsere Wasserpumpe, die den Kindern vielfältige und individuelle Spiel- und Sinneserfahrungen ermöglicht. Eine hügelige Spiellandschaft „unser Wald“, mit breiter eingebetteter Rutschbahn und Aufstiegsseil, lädt zum intensiven und phantasievollen Spielen mit Freunden ein. Ein Vogelnest und zwei Schaukeln laden zum gemeinsamen Vergnügen ein, schulen die motorischen Fähigkeiten und fördern das Sozialverhalten und die Kommunikation der Kinder miteinander. Um unserer breiten Altersmischung gerecht zu werden, wurde in unserem großen Garten ein Teil für unsere „Minis“ entsprechend umgestaltet. Im November 2017 wurde die Kita „Spatzennest“ und die Grundschule in Würges vom Kneipp-Bund als zertifizierte Kneipp-Kita und Kneipp-Grundschule anerkannt. Diese gemeinsame Kneipp-Kooperation ist in der hessischen Bildungslandschaft einmalig vorzufinden.

Als Kneipp-Kindertagesstätte achten wir täglich auf die Umsetzung der Kneippschen Lehre, durch deren Elemente die Kinder spielerisch die Grundlagen einer gesunden und naturgemäßen Lebensweise lernen. Die Förderung der Gesundheit von Kindern sollte so früh wie möglich beginnen. Das Kind lernt seinen Körper wahrzunehmen, Verantwortung für sein eigenes Wohlergehen und seine Gesundheit zu übernehmen. Es erwirbt entsprechendes Wissen für ein gesundheitsbewusstes Leben und lernt gesundheitsförderndes Verhalten. Wir begleiten die Kinder ein Stück auf dem Weg und vermitteln ihnen durch die Kneippsche Lehre spielerisch die Grundlagen für selbstständiges und eigenverantwortliches Handeln. Sebastian Kneipp hätte am 17. Mai seinen 200. Geburtstag gefeiert. Der Geburtstag wurde zum Anlass genommen, um den Kindern die fünf Säulen von Sebastian Kneipp in Erinnerung zu rufen: Wasser, Kräuter, Bewegung, Ernährung und Lebensordnung. Dazu wurden in den Gruppen verschiedene Angebote gemacht. Jede Säule wurde eine Woche lang mit den Kindern bewusst bearbeitet und natürlich praktisch erlebt. Auf diese Weise legen wir den Grundstein für eine gesunde Lebensweise, die unsere körpereigenen Abwehrkräfte mobilisiert und uns vor Krankheiten schützen kann.

Irina Kitt
Leitung der Kindertagesstätte

SCHÜLER BEGEISTERN MIT TOLLEN EXPONATEN

Kunstwettbewerb anlässlich des 200. Geburtstag von Pfarrer Sebastian Kneipp

Bad Camberg ist als Hessens ältestes Kneipp-Heilbad untrennbar mit Sebastian Kneipp verbunden. Bad Cambergs Kinder und Jugendliche kommen mit der Kneippschen Gesundheitslehre von Kindesbeinen an in Berührung. Die Schülerinnen und Schüler der Grundschulen und Gesamtschulen konnten verschiedene Arbeiten abgeben, z. B. Gemälde, Zeichnungen, Grafiken, Kollagen, Fotografien, Plastiken oder auch Videos. Allgemein war es für die Schulen sehr schwierig zu organisieren, da zurzeit wenig bis gar kein Präsenzunterricht möglich war. Die teilnehmenden Klassen hatten sehr viel Spaß am Thema und an der Umsetzung, teilten die Lehrer mit. Trotzdem sind 150 Kunstwerke eingegangen und dafür spricht die Kurverwaltung allen beteiligten Schülern und Lehrern einen herzlichen Dank und Respekt aus, in dieser schwierigen Zeit einen Wettbewerb mitzumachen.

Die Sieger wurden von einer Jury, bestehend aus Bürgermeister Jens-Peter Vogel, Markus Mörl, Bodo Schäfer, Antje Martin und Andreas Urban, bewertet und stehen nun wie folgt fest:

Gemälde:

1. Klassse: Johanna Litzinger, Regenbogenschule Erbach
2. Klasse: Tyler Harz, Regenbogenschule Erbach
3. Klasse: Mia Kohler, Regenbogenschule Erbach
4. Klasse: Luis Zachnis, Regenbogenschule Erbach
6. und 7. Klasse: Francesca Herborn, Taunusschule Bad Camberg
9. und 10.Klasse: Regina Vogel, Taunusschule Bad Camberg

Fotografien:

„Swim" von Vivian Buykes, Jaqueline Skadow, Sieglinde Lampe, Sara Nuru aus Freiherr-von-Schütz-Schule

Plastiken:

1. und 2. Klasse: Tobias Kilian, 2. Klasse Grundschule Würges
3. und 4. Klasse: Sophie Hofmann, 4.Klassse Regenbogenschule Erbach
6./7./8. Klasse: FvSS-Team: Katharina, Michelle, Esranur, Muhamad, Nur, Philipp, Seth, Raghad; Freiherr-von Schütz Schule

Video-Animationsfilm:

1. Natur-Bewegung-Kräuter von Sungat Sust, Vivian Kennedy;
10. Klasse Freiherr von Schütz Schule

Alle Teilnehmer bekommen einen Gutschein zum Minigolfen im Kurpark Bad Camberg.

Bürgermeister Jens-Peter Vogel überreicht die Preise des Kunstwettbewerbs an die Gewinner der einzelnen Kategorien.

KNEIPP-TIPP

WERDE ZUM GUSS-PROFI: „VOLLE KANNE“!

Der Vollguss eignet sich für Vollblut-Gießer, die nicht vor kaltem Wasser (und einem lauthalsigen Schrei) zurückschrecken. Durch regelmäßige Anwendung stärkt man sein Immunsystem nachhaltig. Werde zum Guss-Profi: „Volle Kanne“!

Was der Vollguss bewirkt

- Kräftigende Abhärtungsübung
- Hilft bei Stoffwechselstörungen
- Stärkend auf den gesamten Organismus
- Erhöhung der Atemtätigkeit
- Stabilisierung des vegetativen Nervensystems
- Erfrischungsgefühl

So wird der Vollguss gemacht:

- Vor dem Guss kurz Herz und Stirn abkühlen.
- Rechts außen am Fuß beginnen, bis zur Leiste gießen und zurückfahren, dasselbe am linken Bein.
- Dann an der rechten Hand außen weiterfahren und bis zur Schulter gießen, innen zurückfahren. Dasselbe links.
- Kreisförmig im Uhrzeigersinn um den Bauch gießen.
- Über die Brust bis zur rechten Schulter hochgehen, dabei 2/3 des Wassers nach vorne und 1/3 des Wassers nach hinten gießen. Zur linken Schulter wechseln.
- Kreisförmig im Uhrzeigersinn um den Bauch gießen.
- Kurz kreisförmig das Gesicht abgießen.
- Wasser abstreifen und für Wiedererwärmung sorgen, am besten sich ankleiden und bewegen oder ins Bett legen.

Achtung:

Der kalte Kneipp-Vollguss ist nur etwas für gesunde Personen mit gutem Allgemeinbefinden und nicht für Anfänger geeignet. Nur bei warmem Körper anwenden, am besten nach körperlicher Betätigung, alternativ auch nach der Sauna oder als Abguss nach einem Vollbad.

IMPRESSUM

Herausgeber: Magistrat der Stadt Bad Camberg – Kurverwaltung, Stadtmarketing & Wirtschaftsförderung
www.bad-camberg.de

in Zusammenarbeit mit dem

Wochenblattverlag Limburg Gmbh & Co. KG
WERKStadt, Joseph-Schneider-Str. 1, 65549 Limburg
Telefon: 06431 91330 | Fax: 06431 23458
E-Mail: info@der-lokalanzeiger.de

Geschäftsführerin Litsa Papalitsa
Verlagsleitung René Kuhmann (verantwortlich für Anzeigenteil)
Sonderaufgaben Christian Thielen (Stabsstelle der Geschäftsführung und Datenschutzbeauftragter)

Redaktionsleitung
Daniel Korzilius (verantwortlich im Sinne des Presserechts)
Auflage 20.600 Exemplare | Es gilt die Preisliste ab 01.01.2021.

Kostenlose Botenverteilung an alle erreichbaren Haushalte im Verbreitungsgebiet sowie Auslagestellen.

Für die Richtigkeit der abgedruckten Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen.

Druck Druckerei Hachenburg GmbH, Hachenburg
Satz sapro GmbH, Gutenacker
Vertrieb Mittelrhein LastMile GmbH, Koblenz

Unsere Spezialisten besuchen und beraten Sie gerne - ob zuhause oder in unserer Werkstatt.

Müller+Co GmbH
Merzhausener Straße 4 - 6
61389 Schmitten-Brombach
Telefon 06084 42-0

Niederlassung
Auf dem kleinen Feld 34
65232 Taunusstein-Neuhof
Telefon 06128 9148-0

www.**fenster-mueller**.de

müller+co
Fenster und Türen

DER WALNUSSBAUM – DIE REINSTE APOTHEKE

Ein Beitrag von Simone Deutschmann (Phytotherapeutin und Kräuterfrau)

Walnussbäume gelten als Kraftbäume, können wir doch viele seiner Teile für unsere Gesundheit nutzen. Gleichzeitig kann die Energie der Walnussbäume Menschen, die Angst vor Veränderungen haben und sich scheuen, sich auf Neues einzulassen, helfen. Sie scheinen zu vermitteln: Lass los und werde frei. Der Walnussbaum kommt ursprünglich aus Asien. Die Griechen und Römer kultivierten diesen Baum und um etwa 800 nach Christi kam er über die Alpen auch zu uns. Der Walnussbaum wächst gern allein und sondert ein Glykosid aus, welches sich in Juglon verwandelt. Dieser Stoff verhindert/ hemmt das Pflanzenwachstum in unmittelbarer Umgebung – neben bzw. unter dem Baum. Es verhindert aber nicht nur das Pflanzenwachstum, sondern verhindert auch, dass sich Insekten in der Nähe des Baumes wohlfühlen. Wenn man also ein gutes Mittel gegen Insekten benötigt, dann einfach die Blätter des Walnussbaumes in den Händen verreiben und gegebenenfalls auf Armen und Beinen verteilen. Doch Achtung – wie bereits oben beschrieben, sondern die Blätter eine bräunliche Farbe ab.

Verwendung:

Als Kraft- und Energiebaum fördert er Klarheit, Zuversicht und volle Entfaltung. Gleichzeitig steht er für tiefgründige Gedanken, Aufrichtigkeit und Einsatzbereitschaft, aber auch für Unnachgiebigkeit und Stolz.

Innerliche Anwendung als Tee, Tinktur oder Likör:

- bei Erkältungskrankheiten
- bei Problemen mit Magen, Darm und Galle
- Appetitlosigkeit

Äusserliche Anwendung als Tee, Umschläge, Bäder oder Waschungen

- bei Hautentzündungen, Ekzemen, Akne und Schuppenflechte
- bei übermäßigem Fußschweiß, Fußpilz und Warzen
- bei Gelenkentzündungen, Gicht und Gürtelrose

Die Ernte der grünen (unreifen) Nüsse erfolgt kurz vor – besser noch am – Johannistag (23. Juni). Man sollte die Nüsse noch mit einer Nadel komplett durchstechen können, da die spätere Nussschale in diesem Stadium noch weich ist. Lassen sich die grünen Nüsse nicht mehr durchstechen, ist es für die Verwendung bereits zu spät.

Reife Nüsse

- zur Förderung der Elastizität der Blutgefäße, wodurch diese gestärkt werden
- Tests haben ergeben, dass der Verzehr von Walnüssen wirksam vor steigendem Blutdruck, Herzinfarkt und Schlaganfall schützen kann
- Verzehrempfehlung: Max. 10 Stück pro Tag

Nusskämben (Mittelblättchen zwischen den beiden Nusshälften)

- stärken das Herz und eignen sich zur begleitenden Behandlung von Herzrhythmus-Störungen (als Tees oder Tinktur)

Färbemittel

- Verwendung als Schreibtinte, Holzbeize, zum Wollefärben oder auch zur Haartönung (Verwendung der grünen Schale der Nüsse oder Blätter)

Insektenschutzmittel

- Verwendung der Walnussblätter als Ölauszug
- Verwendung gegen Mücken, Fliegen und Läuse

Inhaltsstoffe u.a. :

- Ätherische Öle, Bitterstoffe, Flavonoide, Gerbstoffe, Gerbsäure, Juglon, Lecitin, Tannine
- Eine reife Walnuss enthält außerdem durchschnittlich rund 15 Prozent Eiweiß und 20 Prozent Kohlenhydrate
- Kalzium, Eisen, Kalium, Magnesium, Phosphor, Schwefel, Zink , Vitamine A, B1 und C sowie Linolensäure (höchster Anteil unter allen Nussfrüchten, wichtige Omega-3-Fettsäure, unterstützt das Herz-Kreislauf-System)

Rezepte: www.energie-balance-natur.de

NEUES GASTGEBER-VERZEICHNIS VERÖFFENTLICHT

Die Broschüre „Zu Gast im Goldenen Grund" wurde in Zusammenarbeit mit Doris Ammelung neugestaltet und beinhaltet die Unterkünfte der Kommunen Bad Camberg, Selters, Hünfelden und Brechen. Außerdem stellen sich die Regionalpartner mit ihren Sehenswürdigkeiten vor.

Der Goldene Grund ist von abwechslungsreicher Natur umgeben. Wald oder Feld beginnen bei vielen Gastgebern schon direkt vor der Haustür. Im Heft befindet sich zusätzlich ein Übersichtsplan des Goldenen Grunds und ein Stadtplan Bad Cambergs, der von Volker Heider aus Niederbrechen gestaltet wurde.

Bei dieser Broschüre packt den Besucher des Goldenen Grunds die Lust zum Verweilen! Das Gastgeberverzeichnis ist in der Tourist-Info Bad Camberg erhältlich und kann auch über die Homepages der Stadt Bad Camberg **(https://www.bad-camberg.de/kur-tourismus/tourismus/uebernachten-in-bad-camberg/)** und der teilnehmenden Gemeinden digital abgerufen werden.

UNTERNEHMENSGRUPPE
Sanitätshaus Kern Idstein GmbH
MEISTERBETRIEB ORTHOPÄDIETECHNIK · ORTHOPÄDIESCHUHTECHNIK · REHA-TECHNIK SEIT 1950

65510 Idstein
Am Bahnhof 1
Tel. 0 61 26 / 5 05 79 00

65520 Bad Camberg
Lahnstraße 14-14a
Tel. 0 64 34 / 93 08 10

65183 Wiesbaden
Schwalbacher Straße 38-42
Tel. 06 11 / 53 28 50 31

65205 Wi-Nordenstadt
Borsigstraße 2-4
Tel. 0 61 22 / 170 90 60

65239 Hochheim
Frankfurter Straße 94
Tel. 0 61 46 / 6 08 64 53

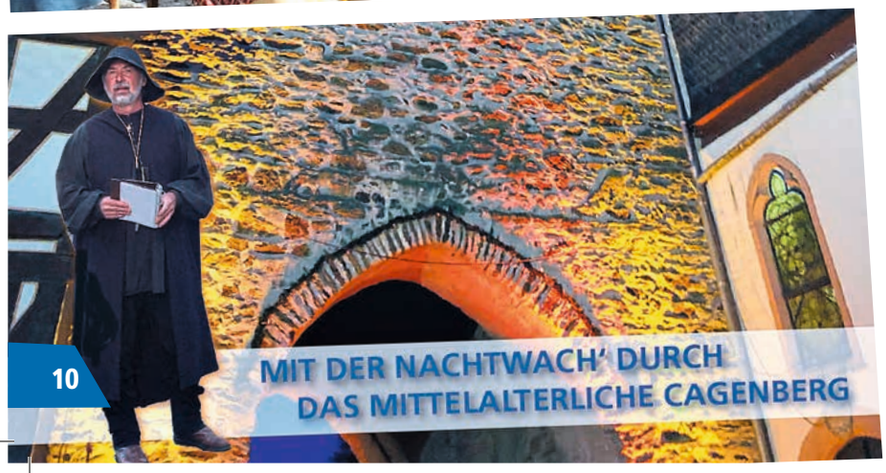
65510 Hünstetten-Görsroth
Neukirchener Straße 51
Tel. 0 61 26 / 9 51 79 30

Für jeden Fuß den passenden Schuh

- Gönnen Sie sich und Ihren Füßen einen guten Lauf
- Jeder Fuß verdient ein perfekt passendes Schuhwerk

Erhältlich in unserer Niederlassung in Bad Camberg, Lahnstraße 14.

www.sanitaetshaus-kern.de



Veranstaltungs-Tipp

Jeden Samstag
10.30 Uhr
Stadtführung
Treffpunkt Kurhaus

Sonntag,
4.7., 1.8.,5.9., &
3.10.2021, 15.00 Uhr
Stadtmauerrundgang
Treffpunkt Kurhaus

Samstag,
17.7., 21.8., 11.9. &
9.10.2021, 15.00 Uhr
Kräutergartenführungen
am Kräutergarten

Sonntag,
1.8., 29.8. &
26.9.2021, 16.00 Uhr
Fachwerkführung
Treffpunkt Marktplatz

Freitag,
2.7., 16.7., 6.8., 20.8.,
3.9., 17.9. &1.10.2021,
19.30 Uhr
Nachtwächterführung
ab Amthof-Innenhof

Donnerstag,
5.8., 2.9. &
7.10.2021, 15.00 Uhr
Waldbegang mit dem Förster
ab Parkplatz Waldschloß

Jeden Samstag,
13.00 Uhr
Wandern mit offenen Augen
Treffpunkt Kurhaus

Samstag,
10.7., 14.8., 4.9. &
9.10.2021, 14.00 Uhr
Auf die Räder-fertig-los!
Treffpunkt Kurhaus

Samstag,
31.7., 28.8. &
30.10.2021,
15.00 Uhr
Geführter Kneipp-Rundweg
ab Kräutergarten

Samstag,
16.10. & 30.10.2021
13 bis 15 Uhr
Waldbaden
ab Parkplatz Waldschloß

Auf Grund der coronabedingten Auflagen kann es kurzfristig zu Terminänderungen und -ausfällen kommen. ACHTUNG: Nur mit Voranmeldung in der Tourist-Info Bad Camberg!

Alle Termine und weitere Informationen finden Sie unter www.bad-camberg.de! Einfach mit dem Smartphone den QR-Code scannen!

#BAD CAMBERG ENTDECKEN

Kneipp-Rundweg in Bad Camberg

Gemeinsam auf den Spuren von Sebastian Kneipp wandeln.

Bad Camberg ist das älteste Kneippheilbad in Hessen. Bereits 1916 gab es einen Park, der damals noch ein Tierpark war. Durch den damaligen Bürgermeister Johann Pipberger, der in Bad Wörishofen die Kneippkur und ihre Wirkung für sich entdeckte und mit nach Bad Camberg brachte, entstand die Idee zur Kneippstadt und dem dazugehörigen Kurpark. Der Kurpark ist wunderschön angelegt und lädt zum Schlendern und Verweilen ein. Hier kann man eine Pause machen und die Seele baumeln lassen. Es gibt einen Musikpavillon, eine Minigolfanlage, Boulebahnen und seit 1989 gibt es die schönen Wasserspiele, die für jeden Gast eine Bereicherung für Augen und Ohren sind. Lassen Sie sich treiben und erkunden Sie den 2007 angelegten Kneipp-Rundweg. Der Rundweg ist 1,5 km lang und stellt die 5 Säulen nach Pfarrer Kneipp vor und verläuft durch den Bad Camberger Kurpark. Die grüne Lunge von Bad Camberg ist ein traumhaft schöner Ort. Hier steht die Zeit einen Moment still und Sie können schlendern und sich als ein Teil der wunderschönen Natur fühlen.

Sebastian Kneipp – „der Wasserdoktor"

Der „Wasserdoktor" kurierte die Menschen von körperlichen, geistigen und seelischen Leiden. Durch die Ganzheitlichkeit der Kneippschen Säulen, diese sind Wasser, Heilpflanzen, Bewegung, Ernährung und Lebensordnung, kann das Immunsystem gestärkt und der Körper und die Seele vor Krankheiten geschützt werden. Diese Fünf Säulen können Sie in Bad Camberg erleben und Sie erfahren, wie ein gesundes und glückliches Leben möglich ist. Antje Martin führt regelmäßig Rundwanderungen auf dem Kneippweg. Sie hat die Lehren nach Sebastian Kneipp in Bad Wörishofen studiert. Die Wirkweise und ihre Erfahrungen haben sie dazu inspiriert, anderen Menschen diese wunderbare ganzheitliche Gesundheitslehre näher zu bringen.

Sie lädt herzlich zu einem Spaziergang in Bad Camberg im Kurpark ein. Die Termine sind bei der Tourist-Info der Stadt zu erfragen. Die Teilnehmer starten gemeinsam mit Antje Martin und laufen die einzelnen Säulen an. Diese sind im Kurpark theoretisch und praktisch auf einem Rundweg dargestellt

Die Fünf Säulen sind:

1. Heilpflanzen – Wohltäter der natürlichen Art.
Einen wunderschön angelegten Kräutergarten, mit vielen hilfreichen Tipps für die „Wehwehchen" des Lebens werden Sie dort finden. Welches Kraut hilft bei Schlafstörungen oder was kann helfen, wenn der Magen schmerzt?

2. Bewegung – den eigenen Rhythmus finden.
Die Säule der Bewegung gibt viele Möglichkeiten von interaktiver körperlicher Bewegung. Moderate Bewegung an frischer Luft ist laut Kneipp ein wahrer Heil- und Jungbrunnen für Körper, Geist und Seele und hilft den Alltagsstress einfach mal abzustrampeln.

3. Wasser – Das Beste ist das Wasser.
Wir besuchen das Wassertret- und Armbadebecken. Hier sind Sie herzlich eingeladen, die Wirkweise des Wassers kennenzulernen. Die Kneippsche Wassertherapie setzt Kälte- und Wärmereize ein, um eine positiv stärkende Wirkung im Körper auszulösen.
Die Stärkung der Abwehrkräfte und die Mobilisierung des körpereigenen Immunsystems werden angeregt.

4. Lebensordnung – In der Ruhe liegt die Kraft.
Während Ihres Aufenthaltes in Bad Camberg werden Sie sicher Zeit und Kraft finden, an kulturellen und künstlerischen Aktivitäten teilzunehmen. Die Balance zwischen An- und Entspannung sorgt für den nötigen Ausgleich vom stressigen Alltag.

5. Ernährung – Einfach, lecker und ausgewogen.
„Auf dem Rundweg finden Sie einen kleinen Naschgarten, hier sind Sie zum Verweilen, Probieren und Anschauen eingeladen. Die Kneipp-Kindergärten kümmern sich liebevoll um die Pflanzen und möchten so auch den Großen zeigen, wie gesunde Ernährung geht. Genuss, Freude, Ruhe und Zeit können Sie auf unserem gemeinsamen Rundgang durch den Kneipp-Kurpark finden", lädt Antja Martin ein.

Ihr Fachhandel -zuverlässig, leistungsstark und kompetent

Farben
Tapeten
Bodenbeläge
Werkzeuge
Wärmedämmung

ENGEL & JUNG

• Frankfurter Str. 122-124 •
• 65520 Bad Camberg-Würges • Tel.: 0 64 34/40 28 010 •

Optik Fasel
Ihr meisterlich mobiler Augenoptiker

Glasberatung
Brillenauswahl
Reparaturen
Messen der Sehstärke

Direkt bei Ihnen zu Hause!

Carina Fasel
staatlich anerkannte Augenoptikerin und Augenoptiker-Meisterin

Terminvereinbarung unter
Tel.: 06438 9279992

info@optik-fasel.de
www.optik-fasel.de

Kundendienst
• PC / Notebook
• Telefonanlagen
• Server / Netzwerktechnik

ISO 9001
Vertrauen Sie Ihrer autorisierten Fachwerkstatt.

PCPLUS
SERVICE & SUPPORT GMBH
Computer • Netzwerke • Service

[06432] 644 833

Aarstrasse 124 - 65629 Niederneisen
www.pcplus24.de

FÜBER TRANSPORTE
WIR BEWEGEN WAS !

Sie brauchen KIES, SCHOTTER oder SPLITT ?

Wir als Transportexperten erledigen das für Sie. Schnell und zuverlässig!

Ebenso sind wir Ansprechpartner für:
• das Ausheben von Baugruben
• alle sonstigen Erdbewegungen
• sowie alle Arbeiten rund ums Haus

FÜBER TRANSPORTE
Hasselbacher Weg 11
65520 Bad Camberg
phone: 0 64 34 - 908 925
mobil: 0178 - 40 88 12 6

Wir freuen uns auf Ihren Anruf !

SEAT Ready To Go

SEAT

SEAT Ibiza
Mit bis zu 32 % Preisnachlass[1] für sofort verfügbare Tageszulassungen.

Musik in meinen Ohren.

Orth Automobile GmbH
Gottlieb-Daimler-Str. 1, 65614 Beselich,
Telefon +49 6484 9131 777, www.orth-automobile.de

[1]Preisnachlass gegenüber der UVP der SEAT Deutschland GmbH für ein entsprechendes Neufahrzeug. Nur, solange der Vorrat reicht. Abbildung zeigt Sonderausstattung.

STURM DDM GmbH
& Co. Bedachungen KG
Inh. Andreas Kiepsch

Dächer · Fassaden · Abdichtungen

Frankfurter Straße 161
65520 Bad Camberg
Telefon 0 64 34 / 90 91 76
Fax 0 64 34 / 90 91 87
E-Mail: sturm.ddm.gmbh@t-online.de

CUPRA

CUPRA FORMENTOR E-HYBRID.

JETZT MIT 7.177,50 € E-MOBILITÄTSPRÄMIE[1].

EIN UNGEWÖHNLICHER WEG BEGINNT OFT MIT EINEM GROSSEN TRAUM. UND EINEM MUT, DER ALLES ÜBERWINDET. AUS BEIDEM ENTSTEHT VISIONÄRE KRAFT. IM NEUEN CUPRA FORMENTOR E-HYBRID ENTFALTET SIE SICH AUS DER VERBINDUNG EINES ELEKTRISCHEN MIT EINEM KLASSISCH, RENNSPORTLICH INSPIRIERTEN ANTRIEB. SYSTEM-LEISTUNG BIS ZU 245 PS.

CUPRA Formentor VZ 1.4 TSI e-HYBRID, 180 kW (245 PS): Kraftstoffverbrauch Benzin: kombiniert 1,9 l/100 km; Stromverbrauch: kombiniert 14,0 kWh/100 km; CO_2-Emissionen: kombiniert 43 g/km. CO_2-Effizienzklasse: A+.

ORTH AUTOMOBILE GMBH

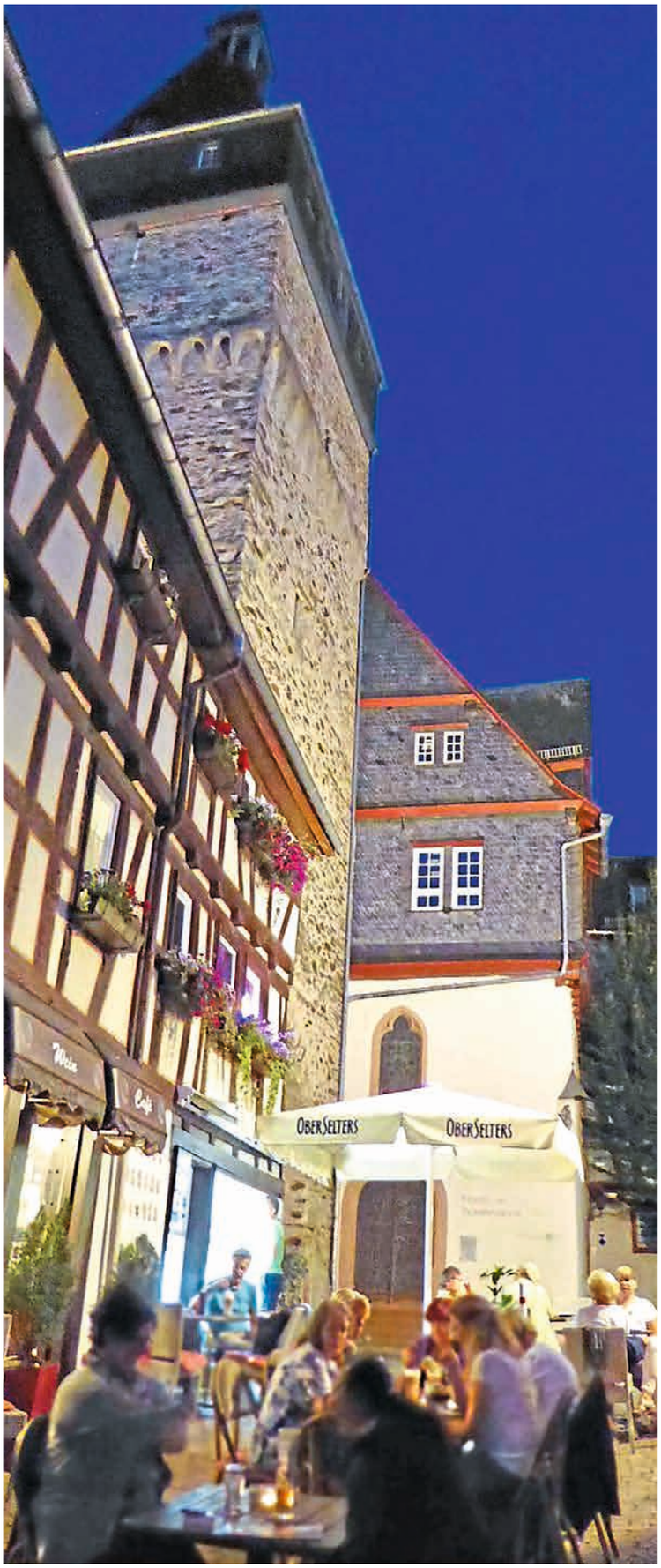
GOTTLIEB-DAIMLER-STR. 1, 65614 BESELICH
T. +49 6484 9131 0, WWW.ORTH-AUTOMOBILE.DE

---

[1]Die e-Mobilitätsprämie von 7.177,50 € setzt sich zusammen aus dem Herstelleranteil von 2.677,50 € brutto und der staatlichen Förderung von 4.500 €. Staatliche Förderung: Vom Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle, www.BAFA.de, gewährter Zuschuss, dessen Auszahlung erst nach positivem Bescheid des von dir gestellten Antrags erfolgt. Ein Rechtsanspruch besteht nicht. Die staatliche Förderung in dieser Höhe endet mit Erschöpfung der bereitgestellten Fördermittel, voraussichtlich am 31.12.2021. Herstelleranteil: Von der SEAT Deutschland GmbH, Max-Planck-Str. 3–5, 64331 Weiterstadt, gewährte Prämie beim Kauf eines neuen CUPRA e-HYBRID Modells. Verfügbar für Privatkunden und gewerbliche Endkunden. Die e-Mobilitätsprämie ist nicht kombinierbar mit anderen CUPRA Förderaktionen (mit Ausnahme der Basis-Konditionen Leasing und Finanzierung) und gültig bis auf Widerruf. Weitere Informationen erhältst du bei uns im Autohaus. Abbildung zeigt Sonderausstattung.

#BAD CAMBERG GENIESSEN

Italienisches Flair am Obertorturm



Das „Camastro" bietet Grappa, Wein, Café, leckeres Eis und italienische Speisen

Domenico Camastro wurde in Adelfina (Bari) im sonnigen Italien geboren und schon in jungen Jahren hat er in Deutschland eine neue Heimat gefunden. Schon als Kleinkind war er fasziniert vom leckeren Eis und 1979 begann er eine Lehre als Gelatiere. Im Laufe der Jahre kreierte er unter Verwendung der besten Zutaten immer wieder neue Eissorten und heute bietet er in seinem kleinen aber feinen „Camastro: Grappa – Wein – Café" direkt am historischen Obertorturm über 40 verschiedene Eissorten an. Aber es kommen auch immer wieder neue zart schmelzende Kreationen hinzu. Zum Kneipp-Jubiläum gibt es sogar ein spezielles Kneipp-Rosmarin-Schmand-Honig-Eis. Im „Camastro" sollen sich die Gäste wohlfühlen. Deshalb legen Domenico Camastro und seine Frau Karin größten Wert auf ein angenehmes Ambiente, freundlichen und zuvorkommenden Service und ein Höchstmaß an Sauberkeit und Hygiene.

„Erleben Sie die ‚italienischen Momente' beim Genuss unserer Eiskreationen oder auch mit unseren frisch zubereiteten kleinen Speisen", laden die Gastgeber im „Camastro" zu einem Besuch ein, die in Bad Camberg schon lange verwurzelt sind. 17 Jahre führte Domenico Camastro die Eis-Galerie auf dem Marktplatz der Kurstadt und seit fünf Jahren hat er sich zusammen mit seiner Frau Karin mit dem „Camastro" den Wunsch nach Selbstständigkeit erfüllt. 25 Plätze bietet das „Camastro" auf zwei Etagen an – direkt an der historischen Stadtmauer, die im Gastraum die Rückwand bildet. Unter Corona-Auflagen mit Mindestabstand sind es zurzeit etwas weniger. Im Außenbereich können innerhalb und außerhalb des Stadttores rund 40 Gäste Platz finden und sich neben dem köstlichen Eis auch einen der zahlreichen offenen italienischen Weine – ob weiß, rosé oder rot – oder eine der frisch zubereiteten Kaffeespezialitäten gönnen. Eine große Auswahl an italienischem Grappa ist ebenfalls auf der Getränkekarte zu finden. Wöchentlich wechselnd, je nach saisonalem Angebot, werden kleine italienische Spezialitäten angeboten. Vom Antipasti-Teller bis zur hausgemachten Pasta. An Sonn- und Feiertagen ist die Küche im Hochsommerbetrieb geschlossen, dann ist das Team des „Camastro" mit der Zusammenstellung der abwechslungsreichen Eisbecher ausgelastet.

Bad Camberg
#GEMEINSAM FÜR BAD CAMBERG
LOKAL SHOPPEN & GENIESSEN
Aktuelle Angebote
finden Sie auf ...
SCHAUFENSTER-BAD-CAMBERG.DE
HESSEN
Hessisches Ministerium für Wirtschaft, Energie, Verkehr und Wohnen
Fokus Development
REWE
Handelsverband Hessen
BINDING
STANDORT KOMMUNE
HESSISCHER STÄDTETAG
Hessischer Städte- und Gemeindebund
IHK
Arbeitsgemeinschaft der Hessischen Handwerkskammern
Hessen Agentur
DEHOGA
Medienpartner:
hr4
METROPOL
HNA
Kreissparkasse Limburg
Ab in die Mitte!
Die Innenstadt-Offensive Hessen

Anzeige zeller