



Ein Angebot der  
kath. Seelsorgeeinheit Süßen-Gingen-Kuchen  
**Mail:** KinderGlaubenSuessen@web.de

# Fußwaschung

## Dazu brauchst du:

- einen gemütlichen Platz zum Sitzen
- eine große Schüssel mit angenehm temperiertem Wasser
- Tuch zum Unterstellen
- Tuch zum Abtrocknen



## Zusätze nach Wahl:

- z. B. - 1-2 Teelöffel Meersalz;  
- Ätherische Öle nach Wahl, wie Lavendel, Pfefferminz, Melisse oder Rose.

Wer möchte kann sich für das Fußbad von draußen ein paar Blüten pflücken oder Trockenblumen einstreuen

## Und so geht es:

Erst den rechten Fuß waschen, beginnend am Fußrücken, erst außen und dann innen zurück zur Ferse, langsam und wohltuende Bewegungen.

Dann den linken Fuß waschen, beginnend am Fußrücken, erst nach außen und dann innen zurück zur Ferse.



Am schönsten ist es, wenn man sich gegenseitig die Füße wäscht.