

Neues vom Vorstand

Hallo liebe Kneipp-Mitglieder, aufgrund der doch zahlreichen Themen und um den Newsletter kurz und übersichtlich zu halten, erscheint er ab jetzt monatlich. In dieser Ausgabe möchten wir besonders auf unseren kleinen Weihnachtsbasar am 24.11.23 und die Weihnachtsfeier am 10.12.23 hinweisen, siehe weiter unten.

Die Kneipp-Werkstatt wartet mit den Kreativkursen jeden Dienstag von 14-16 Uhr auf Gleichgesinnte, die Spaß am Basteln und Klönen haben. Zusätzlich bietet die Kneipp-Werkstatt Spiel & Spaß vorläufig 14-tägig donnerstags von 14-16 Uhr Unterhaltung in Form von Bingospielen, Heimat-Bilderrätseln und gemütlichem Adventskaffee für euch an.

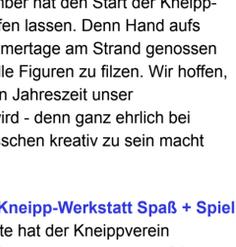
Aus gegebenem Anlaß möchten wir darauf hinweisen, dass sich im Übungsraum der Abendrothstr. wieder die Fundsachen anhäufen. Wir können die Sachen nur eine begrenzte Zeit aufbewahren, daher werden sie nach 6 Wochen entsorgt.

In eigener Sache möchten wir einen Aufruf starten, denn wir suchen Mitglieder, die aktiv die Geschehnisse des Vereins mitgestalten möchten, z.B. beim Runden Tisch, wo Zukunftsperspektiven für den Kneipp-Verein entwickelt werden sollen, oder in der Kneipp-Werkstatt, wo immer helfende Hände und Interessierte gebraucht werden. Es wird nicht zwingend eine ständige Mitarbeit erwartet, denn der Runde Tisch wird ca. 4 mal im Jahr stattfinden und in der Kneipp-Werkstatt sind auch "Einzel-Engagements" gefragt. Der 1. Termin für den Runden Tisch ist der 1.2.2024. Bittet meldet euch bei Interesse!

Und dann gibt es noch eine Information zum Datenschutz, wir benötigen gemäß Datenschutzverordnung für Fotos, die wir in den Kursen oder anderen vereinsinternen Veranstaltungen machen, euer Einverständnis. Um das noch handhaben zu können, haben wir uns vorläufig darauf geeinigt, dass die "Betroffenen" vor dem Fotografieren informiert werden und aus dem Bild treten können, wenn sie nicht fotografiert werden möchten. Die Bilder benutzen wir ausschließlich für unsere Vereinsmedien (Kneipp-Kurier und -Kalender, Webseite, Facebook-Seite, E-Mail-Newsletter sowie für einzelne Artikel in der CNV).

Viel Spaß beim Lesen, euer Teamvorstand

Je gesünder und kräftiger der menschliche Leib ist, umso frischer und leistungsfähiger wird auch sein Geist sein.
(Sebastian Kneipp)



Nachlese

... zum Walking Kurs

Bei gutem Wetter sammelten sich die Teilnehmer*innen am Schloß Ritzebüttel zur ersten Kurseinheit. Kursleiterin Betti Brüning hatte alle Hände voll zu tun, um diese bunt zusammengewürfelte Gruppe in den Walking-Schritt zu bekommen. Manche kannten sich schon gut aus, andere waren Neulinge und wieder andere erfreuten sich besonders am gemeinschaftlichen Walken.

Es machte soviel Spaß sich gemeinsam im Grünen zu bewegen, dass die Teilnehmer sich schon auf die nächsten Wochen freuen.

... zur Kneipp-Werkstatt kreativ

Das sehr schöne Wetter im September hat den Start der Kneipp-Werkstatt etwas schwerfälliger anlaufen lassen. Denn Hand aufs Herz: wer hat nicht die letzten Sommertage am Strand genossen anstatt in der Kneipp-Geschäftsstelle Figuren zu filzen. Wir hoffen, dass in der kommenden naß-kühlen Jahreszeit unser Kreativprogramm stärker genutzt wird - denn ganz ehrlich bei einem Kaffee zu klönen und ein bisschen kreativ zu sein macht richtig viel Spaß!!!

... zum Bingo-Nachmittag in der Kneipp-Werkstatt Spaß + Spiel

Zum ersten Mal in seiner Geschichte hat der Kneippverein Cuxhaven das Bingo-Spiel mit ins Programm genommen. Die ersten 5 Teilnehmer erlebten einen wunderbaren Nachmittag und erfreuten sich an den hübsch verpackten Bingo-Preisen aus der Kreativ-Werkstatt. Wir wünschen uns, den Teilnehmerkreis vergrößern zu können und viele Mitglieder vom heimischen Sofa in die Geschäftsstelle zu locken.

... zum neuen QiGong Kurs

Das Interesse für den neuen QiGong Kurs bei Gerlinde Melcher ist so groß und die Warteliste so lang, dass schon ein 2. Kurs mit Start im November in Planung ist.

Neue Kurse



QiGong

Kurs: 1391 QiGong
Mo 14.00-15.00 Uhr
10 Kurseinheiten
Mitglieder 66 €
Nichtmitglieder 76€
Kursraum Abendrothstr. 43
Anmeldung: Gerlinde Melcher
Tel: 0151 42214336



Kneipp-Werkstatt, kreativ

Kurs 1640:
Basteln und kreativ sein mit Klönschnack
jeden Dienstag 14-16 Uhr in der Bernhardstr. 71

maritime Grußkarten
- in Stanztechnik -

Termine am 24.10.23
und am 07.11.23

2 Kurseinheiten
je Kurseinheit 5 € für Material




Weihnachtskarten
- in Stanztechnik -

Termine am 16.11.23
am 21.11.23 am 28.11.23
und am 05.12.23

4 Kurseinheiten
je Kurseinheit 5 € für Material

Kneipp-Werkstatt, Spaß & Spiel

Kurs 1641: Spaß, Spiel und Klönschnack
14-tägig donnerstags 14-16 Uhr
in der Bernhardstr. 71

Adventskaffee

Termine am 30.11.23
und am 14.12.23

4 € für Getränke und Gebäck

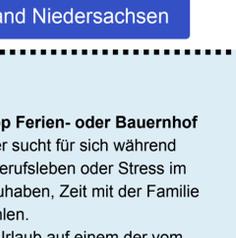
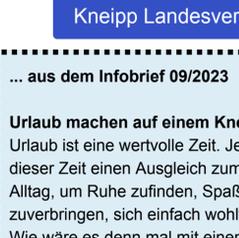
Spielnachmittag
- Heimat-Klub (Bilder raten)-

Termin am 16.11.23
2 € für die Getränke

Vorträge und Veranstaltungen

Vortrag des Teams Fokus 65+ zum Thema Demenz
am **03.11.2023** von 14:00-16:00 Uhr
in der Bernhardstr. 71
Herr Bethge und Frau Liescher referieren zum Thema Demenz. Demenz ist eine schwerwiegende Erkrankung im Alter, die fast 1,8 Millionen Menschen in Deutschland trifft. Demenz-Erkrankungen können sehr unterschiedlich verlaufen, aber auf lange Sicht führen sie immer zu großen Herausforderungen für die Betroffenen, ihren Familien und Freunden.

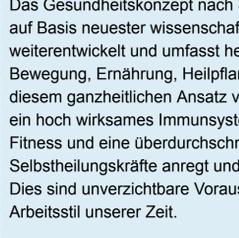
24.11.2023 Weihnachtsbasar von 14 - 16 Uhr in der Bernhardstr. 71



In diesem Jahr richten wir zum ersten Mal einen Weihnachtsbasar aus. Laßt euch in einer stimmungsvollen Atmosphäre umgeben von einem viktorianischen Weihnachtsdorf verzaubern.

Die Eintrittskarten für die Weihnachtsfeier liegen bereit und wir werden den Kalender 2024 mit Bildern unserer Aquabella-Malgruppe präsentieren und die "Aquabellas" bieten auch eigene Bilder zum Kauf an. Außerdem gibt es viele verschiedene Kreativarbeiten aus unserer Kneipp-Werkstatt zu erstehen. Wir möchten euch zeigen, wie vielseitig die Kneipp-Werkstatt ist und welch großartige Geschenke wir mit unseren eigenen Händen erschaffen können.

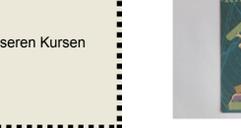
Weihnachtsfeier



am 10.12.2023
15-18 Uhr mit Eintrittskarte
Hotel Seelust
Cuxhavener Str. 65-67
27476 Cuxhaven

Nach einigen Jahren Corona Pause gibt es in diesem Jahr endlich wieder eine Weihnachtsfeier für unsere Mitglieder. Wir feiern im Hotel Seelust und es gibt ein kleines Rahmenprogramm.

Pro Person wird ein Unkostenbeitrag von 15 € erhoben. Darin sind 2 Stücke Kuchen und Kaffee/Tee zum Nachfüllen enthalten. Die limitierte Menge an Eintrittskarten für die Weihnachtsfeier wird auf dem Weihnachtsbasar verkauft. Restbestände können auch nach dem Basar in der Geschäftsstelle gekauft werden. Wir freuen uns auf ein schönes Fest!

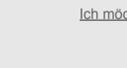


Kneipp trifft Bürgerküche



Kurs: 1610 Adventsplätzchen
01.12.23 mit Inge Bühner
Bürgerküche, Wasserseite der
Kapitän-Alexander-Str. 50
1 Kurseinheit nur für Mitglieder,
Kosten für Lebensmittel
Anmeldung bei Gerlinde Melcher
Tel: 0151 42214336

Freie Plätze in laufenden Kursen



Freie Plätze in Kurs Nr.: 1345

Walking

Di 16.00 - 17.00 Uhr

mit Bettina Brüning

Anmeldung Tel: [0170-1808175](tel:0170-1808175)

Aktuelles vom Kneipp Landesverband Niedersachsen

... aus dem Infobrief 09/2023

Urlaub machen auf einem Kneipp Ferien- oder Bauernhof

Urlaub ist eine wertvolle Zeit. Jeder sucht für sich während dieser Zeit einen Ausgleich zum Berufsleben oder Stress im Alltag, um Ruhe zu finden, Spaß zu haben, Zeit mit der Familie zu verbringen, sich einfach wohlzufühlen.

Wie wäre es denn mal mit einem Urlaub auf einem der vom Kneipp Bund e.V. zertifizierten Gesundheitshöfe?

Die Gastgeber sind in speziellen Qualifizierungseingängen entsprechend ausgebildet und sorgen dafür, dass die Kneipp-schen Gesundheitslehren in Kombination mit den Urlaubswünschen in Erfüllung gehen, die Gäste sich wohlfühlen und gesund und mit neuer Energie nach Hause fahren.

Informationen, wo es Gesundheitshöfe in Niedersachsen gibt, erhalten sie über die Geschäftsstelle Niedersachsen:

Kneipp Bund Landesverband Niedersachsen Bremen e.V.
Jägerstr. 20a, 29221 Celle; Telefon: 05141 978050

E-Mail: info@kneipp-bund-nds.de

Internet: www.kneipp-bund-nds.de

Aktuelles vom Kneipp Bund

Das Gesundheitskonzept nach Sebastian Kneipp

Das Gesundheitskonzept nach Sebastian Kneipp wurde stetig und auf Basis neuester wissenschaftlicher Forschungsergebnisse weiterentwickelt und umfasst heute fünf Elemente: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung. Hinter diesem ganzheitlichen Ansatz verbirgt sich die Erkenntnis, dass ein hoch wirksames Immunsystem, eine umfassende körperliche Fitness und eine überdurchschnittliche Stressresistenz die Selbstheilungskräfte anregt und die Widerstandsfähigkeit stärkt. Dies sind unverzichtbare Voraussetzungen für den Lebens- und Arbeitsstil unserer Zeit.

Hier ein Video des Kneipp Bundes zum Thema:

"Tipps für daheim: Küchengymnastik"

Vorschau auf den Newsletter # 4

+ Kneipp-Werkstatt, kreativ

+ Kneipp-Werkstatt, Spaß & Spiel

+ neue Kurse

+ freie Plätze in unseren Kursen



IMPRESSUM

Kneipp Verein Cuxhaven

Vorstand:

Bürosprechzeit

Steuer-Nr.: 18/205/04724

Gerlinde Melcher

mittwochs 16 – 18 Uhr

Finanzamt Cuxhaven

Elke von Bargen

Bildnachweis: alle Fotos

VR 130135

Martina Kruij

(soweit keine Angabe)

Vereinsregister Tostedt

Birgit Blass

Kneippverein Cuxhaven

Thomas Blass

info@kneipp-verein-cuxhaven.de

www.kneipp-verein-cuxhaven.de

04721 / 25222

Bernhardstr. 71, 27472 Cuxhaven

Bankverbindung: Stadtparkasse Cuxhaven, BIC: BRLA2E1CUX
IBAN: DE88 2415 0001 0000 1930 60

[Ich möchte diese Nachrichten nicht mehr erhalten](#)