

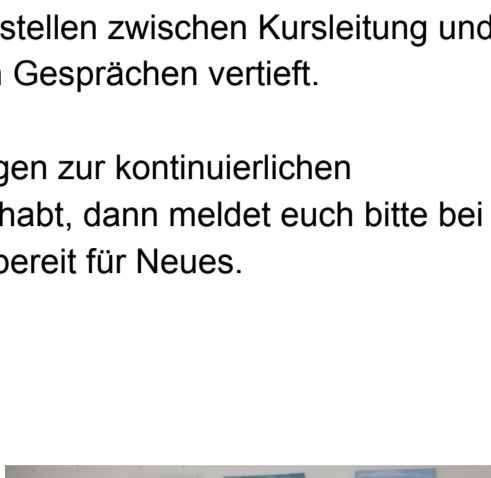
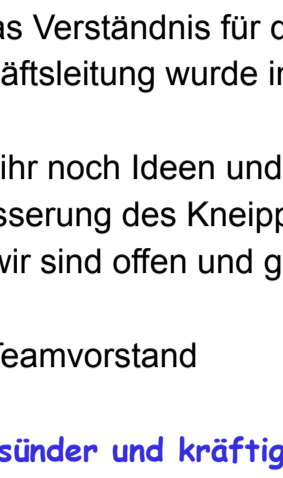
Neues vom Vorstand

Hallo liebe Kneipp-Mitglieder,

Für den März hat der Kneipp Bund den ersten der fünf Aktionstage des Jahres 2024 zur Verbreitung der 5 Kneipp'schen Elemente festgelegt. Den Start macht der Tag der Ernährung, den wir hier in Cuxhaven mit einem Ernährungsvortrag am Freitag, dem 8.3.24 gestalten, Details siehe weiter unten.

Für die Arbeit mit dem Kneipp Element Heilpflanzen und Kräuter suchen wir gärtnerisch interessierte Mitglieder, denn wir möchten vor der Geschäftsstelle in der Bernhardstrasse ein Hochbeet mit Kräutern und Heilpflanzen anlegen und das Gärtnern eventuell noch ausbauen. Wer hat einen grünen Daumen und möchte an dem Projekt teilnehmen? Bitte meldet euch per email oder Telefon in der Geschäftsstelle.

In eigener Sache gibt es zu berichten, dass wir im Rahmen des gesamten Führungsteams des Kneipp-Vereins ein gemeinsames Abendessen der Vorstände, Beiräte und Kursleiter arrangiert haben.

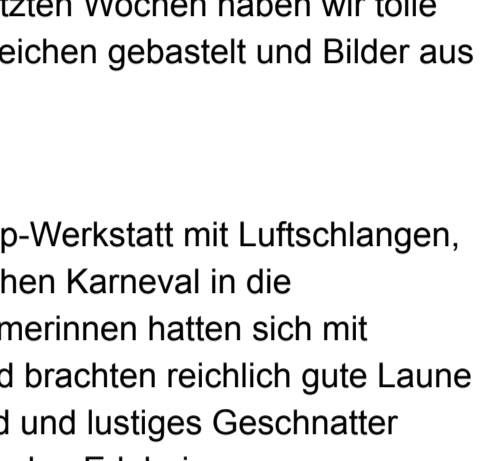
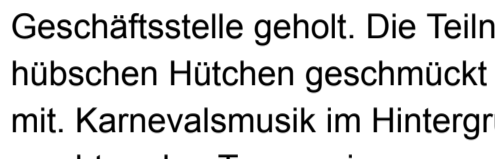


Neben einem gemütlichen Beisammensein kamen auch interessante Ideen für neue Kurse und Veranstaltungen zur Sprache. Die Kursleiter konnten ihre Materialbedarfe formulieren und das Verständnis für die Schnittstellen zwischen Kursleitung und Geschäftsleitung wurde in lockeren Gesprächen vertieft.

Wenn ihr noch Ideen und Anregungen zur kontinuierlichen Verbesserung des Kneipp-Vereins habt, dann meldet euch bitte bei uns - wir sind offen und gesprächsbereit für Neues.

Euer Teamvorstand

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



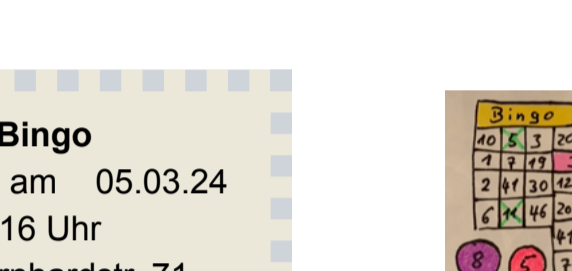
Nachlese

... zur Kneipp-Werkstatt

Ob es die Bingo-Nachmittage, Klönschnack oder das gemeinsame Basteln sind, immer verbringen wir gemütliche und auch kreative Nachmittage miteinander. In den letzten Wochen haben wir tolle Cabochonketten hergestellt, Lesezeichen gebastelt und Bilder aus Trockenblumen geklebt.

... zum Karneval

Am Veilchendienstag hat die Kneipp-Werkstatt mit Luftschnagen, Sekt und süßen Berlinern ein bisschen Karneval in die Geschäftsstelle geholt. Die TeilnehmerInnen hatten sich mit hübschen Hütchen geschmückt und brachten reichlich gute Laune mit. Karnevalsmusik im Hintergrund und lustiges Geschnatter machten den Tag zu einem anregenden Erlebnis.



Kneipp-Werkstatt

Anmeldung bitte auf den Büro- Anrufbeantworter sprechen
Tel.: 04721-25222

Bingo

Termin am 05.03.24
14-16 Uhr
in der Bernhardstr. 71
je Kurs 2 € für Getränke



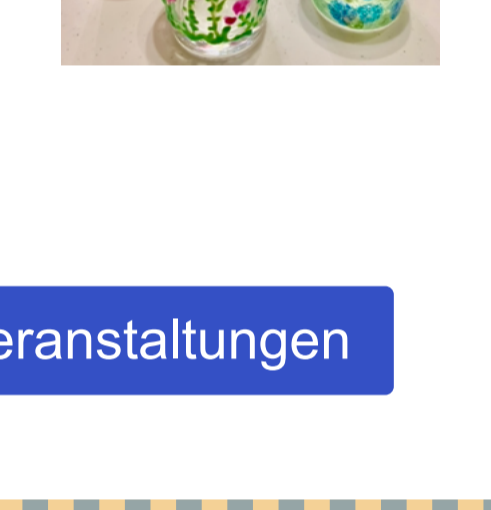
Österliche Grußkarten und Geburtstagskarten

in Stanz- und Stempeltechnik
Termin am 12.03.24
14-16 Uhr
in der Bernhardstr. 71
je Kurs 5 € für Material



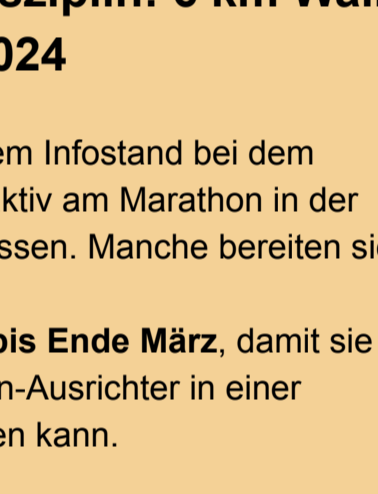
Österlicher Klönschnack mit Kuchen

Termin am 19.03.24
14-16 Uhr
in der Bernhardstr. 71
2 € für Getränke / Gebäck



Windlichter für Balkon und Gartenparty

Termin am 26.03.24
14-16 Uhr
in der Bernhardstr. 71
3 € für Material



Vorträge und Veranstaltungen

Cuxhaven Marathon - Disziplin: 6 km Walk 05. Mai 2024

In diesem Jahr ist geplant außer einem Infostand bei dem Helios Marathon auch eine Gruppe aktiv am Marathon in der Disziplin 6 km Walk teilnehmen zu lassen. Manche bereiten sich schon im Walking-Kurs bei Betti vor.

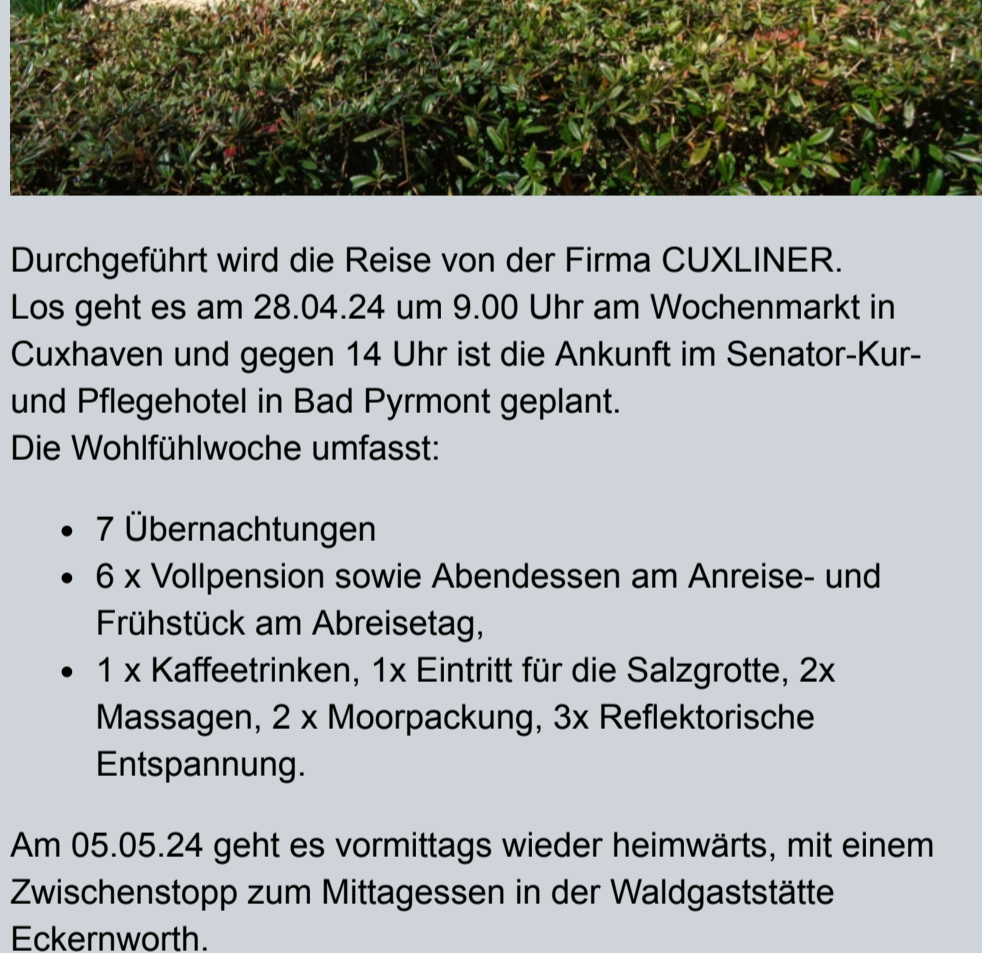
Martina braucht eure Anmeldung bis Ende März, damit sie die Gruppe rechtzeitig beim Marathon-Ausrichter in einer Sammelanmeldung registrieren lassen kann.

05.05.24 - 12:15 - Walken 6 km - m/w, alle Jahrgänge

Weitere Informationen und Anmeldung bitte über Martina Kruij Tel.: 0160 97054522

Zum letzten Mal:

Wohlfühlwoche des Kneipp-Vereins von So 28.04.24 bis So 05.05.24 in Bad Pyrmont



Durchgeführt wird die Reise von der Firma CUXLINER. Los geht es am 28.04.24 um 9.00 Uhr am Wochenmarkt in Cuxhaven und gegen 14 Uhr ist die Ankunft im Senator-Kur- und Pflegehotel in Bad Pyrmont geplant.

Die Wohlfühlwoche umfasst:

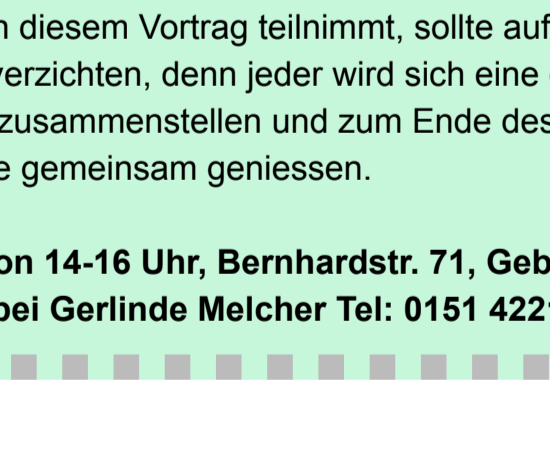
- 7 Übernachtungen
- 6 x Vollpension sowie Abendessen am Anreise- und Frühstück am Abreisetag,
- 1 x Kaffeetrinken, 1x Eintritt für die Salzgrotte, 2x Massagen, 2 x Moorpackung, 3x Reflektorische Entspannung.

Am 05.05.24 geht es vormittags wieder heimwärts, mit einem Zwischenstopp zum Mittagessen in der Waldgaststätte Eckernorth.

Der Reisepreis beträgt 799,00 € pro Person

Weitere Informationen und Anmeldung bitte über Lisa Spreckelsen Tel.: 04721 35295

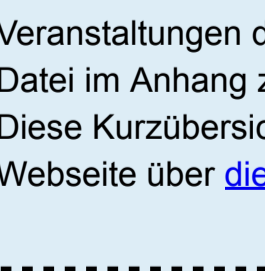
Vortrag gesunde Ernährung - leckere Bowls



Am 08. März ist Tag der Ernährung im Rahmen der Kneipp Aktionstage 2024 und zu diesem Anlass bietet der Kneipp-Verein einen weiteren Vortrag von Frau Ulvogt an. Dieses Mal lernen wir gesunde Lebensmittel und ihre optimale Zusammenstellung in einer Bowl kennen. Bowls sind die neue Alternative zum klassischen Salatteller und liegen ganz im Trend. Wer an diesem Vortrag teilnimmt, sollte auf sein Mittagessen verzichten, denn jeder wird sich eine eigene leckere Bowl zusammenstellen und zum Ende des Vortrags werden wir sie gemeinsam genießen.

**08.03.2024 von 14-16 Uhr, Bernhardstr. 71, Gebühr 10 €
Anmeldung bei Gerlinde Melcher Tel: 0151 42214336**

Freie Plätze in laufenden Kursen



Freie Plätze im Kurs Nr.: 1400
Yoga
Di 17.15 - 18.45 Uhr und
Di 19.00 - 20.30 Uhr
Anke Rennebeck Tel: 0170 3458427

Kurzübersicht besondere Veranstaltungen

Wir haben Ihnen eine Kurzübersicht zu den besonderen Veranstaltungen der Monate Februar und März 2024 als PDF-Datei im Anhang zu dieser Nachricht beigelegt.

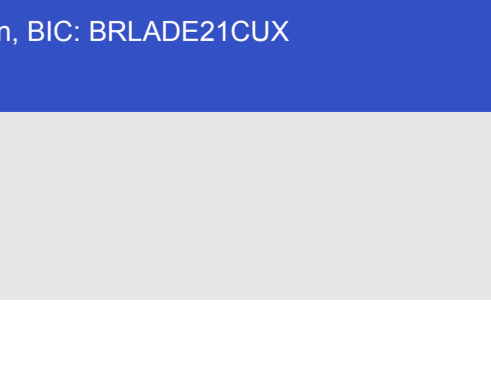
Diese Kurzübersicht können Sie auch jederzeit von unserer Webseite über [diesen Link](#) herunterladen.

Vorschau auf den Newsletter # 8

Programm der Kneipp-Werkstatt

Runder Tisch

Jahreshauptversammlung



IMPRESSUM

Kneipp Verein Cuxhaven

Steuer-Nr.: 18/205/04724
Finanzamt Cuxhaven
VR 130135
Vereinsregister Tostedt

Vorstand:

Gerlinde Melcher
Elke von Bergen
Martina Kruij
Birgit Blass
Thomas Blass

Bürosprechzeit

mittwochs 16 – 18 Uhr

Bildnachweis: alle Fotos
(soweit keine Angabe)
Kneippverein Cuxhaven

✉ info@kneipp-verein-cuxhaven.de
🌐 www.kneipp-verein-cuxhaven.de
☎ 04721 / 25222
📍 Bernhardstr. 71, 27472 Cuxhaven

Bankverbindung: Stadtparkasse Cuxhaven, BIC: BRLADE21CUX
IBAN: DE88 2415 0001 0000 1930 60