

**Neues vom Vorstand**

Hallo liebe Kneipp-Mitglieder,

wir nähern uns dem Ende des Jahres 2024 und blicken stolz auf ein sehr aktives Vereinsjahr 2024 zurück. Besonders die ganz großen Veranstaltungen, wie das Sommerfest, der Tag der offenen Tür und die Teilnahme am Cuxhaven Marathon haben einen großen Eindruck hinterlassen und wir arbeiten schon fleißig am Programm für 2025.

In der Kneipp-Werkstatt wird es Vorträge zu Alltagsthemen und Workshops rund um Kräuter und Ernährung geben. Wir laden zu Bingonachmittagen und zu unseren Motto-Cafes mit Selbstgebackenem ein, wir betreiben Heimatpflege auf Rundgängen durch die Stadt und wir werden kreativ bei der Herstellung von Seife, Geschenkanhängern und vielem mehr. Informationen zum Programm des aktuellen Monats können hier im E-Mail-Newsletter, aber auch auf unserer Webseite und auf den Flyern in unseren Räumlichkeiten abgerufen werden. Interessant ist auch der neue Kurs "Doppelkopf für Anfänger", der im Januar startet, siehe neue Kurse. Dort kann man die Grundregeln des Doppelkopfspiels erlernen. Wir würden uns freuen, wenn daraus später eine Doppelkopf-Spielgruppe entstehen würde.

Wir wünschen euch und unserem Kneipp-Verein ein erfolgreiches und gesundes **Neues Jahr 2025!**

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 kreativ**

Wir haben mit tollen Textilstempeln Küchentücher bedruckt und dabei wunderbare Unikate geschaffen. Wir waren so im Flow, dass wir sogar noch etliche Küchentücher für den Basar herstellen konnten. Alle Teilnehmer hatten viel Spaß und weil die Farbe eingebügelt werden muß, sah es zeitweise aus wie in einem Shop für Bügelwäsche...



**... zum Weihnachtsbasar**

Wie im letzten Jahr haben wir auch dieses Jahr wieder einen kleinen Weihnachtsbasar mit Artikeln aus der Kneipp-Werkstatt durchgeführt. In der Vorbereitung darauf hat die Gartengruppe das Hochbeet herausgeputzt und in den Fensterbänken funkelte uns wieder das Weihnachtsdorf an. Beim Herumstöbern, Klönen und zusammensitzen gab es leckeren Apfelpunsch und Lebkuchen, so daß ein wenig Weihnachtsstimmung die Geschäftsstelle in einen heimeligen Ort verwandelte.



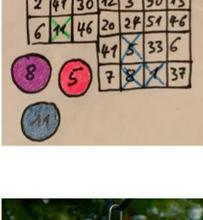
**... zum Motto-Cafe Advent**

Im Motto-Cafe haben wir einen wunderbar kurzweiligen Nachmittag erleben können. Es war total schön, wir haben viel gelacht und uns Kuchen und Kekse schmecken lassen und im Anschluss gab es noch Punsch und heitere Geschichten. Dabei verging die Zeit wie im Flug.



**Kneipp-Werkstatt kreativ oder Spaß & Spiel**  
Anmeldung bitte auf den Büro- Anruferantworter sprechen  
Tel: 04721-25222

**Bingo**  
Gemütliches Beisammensein beim Bingospiel mit selbstgemachten Preisen aus der Kneipp-Werkstatt  
Termin: 14.01.25  
14-16 Uhr  
Büro Bernhardstr. 71  
2 € für Getränke und Gebäck



**Motto-Cafe "sorbische Vogelhochzeit"**  
Klönnschnack und Beisammensein mit Wissenswerten und leckerem Kuchen unter dem Motto sorbische Vogelhochzeit  
Termin: 28.01.25  
14-16 Uhr  
Büro Bernhardstr. 71  
5 € für Getränke und Gebäck



**Kneippsche Anwendung**  
Wie bereits am Tag der offenen Tür, leitet uns Karin Sprenger im Sinne des Sebastian Kneipp an, Atemübungen für das allgemeine Wohlbefinden durchzuführen.  
Termin: 04.02.25  
14-16 Uhr  
Büro Bernhardstr. 71  
kostenlos



**Kneipp-Werkstatt**  
Wir holen uns den Frühling ins Haus, denn wir Traubenhyazinthen.  
Termin: 11.02.25  
14-16 Uhr  
Büro Bernhardstr. 71  
5 € für Material



**Kneipp-Werkstatt Vorträge und Veranstaltungen**  
Anmeldung bitte auf den Büro- Anruferantworter sprechen  
Tel: 04721-25222

**Vortrag: Die komplexe Welt der Bienen und ihr köstlicher Honig**

Sieghard Haude ist ein passionierter Imker aus Altenwalde, der sich seit über 40 Jahren der Imkerei verschrieben hat. Im Jahr 2001 wurde er sogar zum ehrenamtlichen Bienengesundheitsobmann im Landkreis Cuxhaven bestellt und hat viele Jahre Grundlehrgänge für Neu-Imker durchgeführt. Sieghard Haude möchte uns die Welt der Bienen und der Imkerei sowie ihr wunderbares Produkt, den Honig, näherbringen. Dabei werden all unsere Sinne angesprochen, denn wir werden nicht nur viel Neues erfahren, sondern auch den köstlichen Honig aus unserer Nachbarschaft probieren können.  
**Dienstag, 21.01.2025**  
**von 14-16 Uhr**  
in der Bernhardstr. 71  
- Teilnahme kostenlos -

**Vortrag: Internetkriminalität**

Herr Bode von der Polizei Cuxhaven spricht über Internetkriminalität und "Enkeltricks". Dieser Vortrag war bereits im Herbst 2024 geplant, mußte jedoch krankheitsbedingt vertagt werden.  
**Freitag, 07.02.2025**  
**von 14-16 Uhr**  
in der Bernhardstr. 71  
- Teilnahme kostenlos -

**Ausstellung 26.11.24 - 25.01.25**

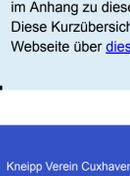


Die Kreativgruppe Pour-Zauber des Kneipp-Vereins Cuxhaven stellt in der Zeit vom 26.11.24 bis 25.01.25 in der Stadtbibliothek eine Sammlung ihrer Bilder aus. Die Gruppe widmet sich der Acrylfarben-Gießtechnik unter der Leitung von Annette Mirbach. Die Gruppenmitglieder probieren immer wieder neue Gießtechniken aus und haben Spaß an der sich stetig verändernden Farb-, Form- und Musterbildung fließender Acrylfarben.

**Neue Kurse**



**Hatha Yoga für Anfänger & Fortgeschrittene**  
**Kurs Nr.: 1400**  
Do 17 - 18.30 Uhr  
Ulrike Stumpe Tel: 04721-399275  
10 Kurseinheiten, Übungsraum Abendrothstr.43  
Kosten 75 € für Mitglieder, 89 € für Gäste



**Grundkurs Doppelkopf für Anfänger**  
**Kurs Nr.: 1311**  
Start 30.01.25  
Do 15 - 16 Uhr  
Angeilika Paul Tel: 0151 59888716  
5 Kurseinheiten, Bernhardstr. 71  
Kosten 25 € für Mitglieder, 35 € für Gäste

**Freie Plätze in laufenden Kursen**



Freie Plätze im Kurs Nr.: 1400  
**Yoga**  
Di 17.15 - 18.45 Uhr  
Di 19.00 - 20.30 Uhr  
Do 08.30 - 10.00 Uhr  
Anke Rennebeck Tel: 0170 3458427

**Kurzübersicht besondere Veranstaltungen**

Wir haben Ihnen eine Kurzübersicht zu den besonderen Veranstaltungen der Monate Januar - Februar 2025 als PDF-Datei im Anhang zu dieser Nachricht beigefügt. Diese Kurzübersicht können Sie auch jederzeit von unserer Webseite über [diesen Link](#) herunterladen.