

Neues vom Vorstand

Hallo liebe Kneipp-Mitglieder,

nun kommt der Frühling mit großen Schritten und wir halten uns wieder gerne im Freien auf. Der April ist traditionell der Monat, in dem wir unsere Mitgliederversammlung durchführen und auch in diesem Jahr laden wir euch am Sonntag, dem 27.04.25 ganz herzlich zur Jahreshauptversammlung ins Stadttheater Cuxhaven ein. Wir hoffen auf eine rege Beteiligung!
Außerdem ist der April unsere Reisezeit. Die diesjährige Reise vom 6. bis 13. April geht mit der Firma Cuxliner nach Kolberg in Polen. Wir wünschen allen Teilnehmern eine wunderschöne Ferienzeit und machen gleich darauf aufmerksam, dass auch für nächstes Jahr wieder eine tolle Reise geplant ist.
Wir wünschen euch schöne Frühlings- und Ostertage,
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: Aromatherapie

Maren Pries stellte uns die Aromatherapie vor. Wir lernten, wie über die Jahrhunderte ätherische Öle gewonnen wurden und durften dann unsere Spürnasen unter Beweis stellen. Es gab 3 Öle zu riechen und dazu sollten einige Merkmale erkannt werden. Wir waren erstarrt, dass so konzentrierte Öle nicht unbedingt einen parfümartigen Duft verströmen, sondern ganz schön streng und fremd riechen können wie Bergamotte, Zeder oder Ylang-Ylang.



... zum Motto-Café Karneval

Lustig ging es am Veilchendienstag bei unserem Motto-Café Karneval zu. Das Schunkeln haben wir uns verkniffen, aber dafür haben wir zu den traditionellen Berliner Pfannkuchen leckere bunte und natürlich alkoholfreie Cocktails gemixt und probiert. Das Mixen machte viel Spaß und das Probieren noch viel mehr...



... zum Aktionstag Ernährung

Die Ökotropologin Andrea Lütvoigt hat auch in diesem Jahr wieder unseren Aktionstag ausgerichtet. Thema war: gesunde Snacks für die Kaffeetafel. Frau Lütvoigt brachte köstliche Dattel- und Erdnussbutter-Trüffel mit, hatte Karotten-Muffins und Schwarze Bohnen-Brownies gebacken sowie Backpflaumen eingeleigt. Dazu gab es bunte Obstspieße. Wir waren uns alle einig, es war köstlich und es muss nicht immer Sahnetorte zum Kaffee sein.



... zum Vortrag Kräuter gegen Übersäuerung des Körpers

Die Schwestern Dorothee Fresemann und Ellengard Wylenzek, einigen sicher noch vom Besuch in ihrem Kräutergarten im letzten Jahr bekannt, haben uns auch in diesem Jahr mit ihrem Kräuterkönnen beeindruckt und unterhalten. Die beiden brachten viele basische Lebensmittel zur Verkostung mit und zeigten, dass basisch-vegetarisches Essen nicht langweilig sein muss. Zum Auftakt tranken wir eine Kräuterlimonade mit Giersch, gefolgt von einem köstlichen Kräutertee. Dann folgten eine Gemüße-Bowl und Backofengemüse mit köstlichem Bärlauch-Dip. Es war eine ganz wunderbare Veranstaltung und wir freuen uns schon auf Ende Mai, wenn die beiden uns noch einmal mit ihrem Kräuterkönnen in der Kneipp-Werkstatt besuchen.



... zum gemeinsamen Kochen in der Bürgerküche

Wie immer war es ein toller Tag bei Inge Bühner in der Bürgerküche! Dieses Mal haben wir uns dem Thema "Salat" in verschiedenen Variationen gewidmet. Es gab Fenchelsalat und gegrillten Blumenkohl auf Römersalat, ein Risotto und einen Zitronensaft. Natürlich haben wir im Anschluss ans Kneipp-Gesamtschlemmen und die ein oder andere Rezeptidee mit nach Hause genommen.

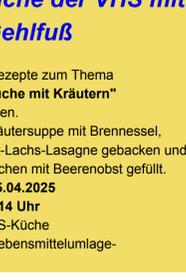


Kneipp-Werkstatt kreativ oder Spaß & Spiel

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

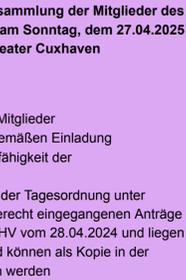
Trockenblumenanhänger

Aus vorhandenen Trockenblumen basteln wir Anhänger für Frühlingsschmuck, Geschenke oder als Fensterschmuck.
Termin: 01.04.25
14-16 Uhr
Büro Bernhardtstr. 71
4 € für Material



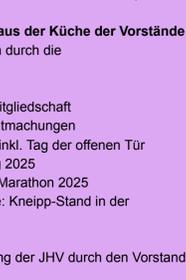
Bingo-Nachmittag

mit Preisen aus der Kneipp-Werkstatt
Termin: 08.04.25
14-16 Uhr
Büro Bernhardtstr. 71
2 € für Getränke



Motto-Cafe Ostern

in geselliger Runde und österlichem Ambiente genießen wir selbst gebackenen Kuchen und mehr
Termin: 15.04.25
14-16 Uhr
Büro Bernhardtstr. 71
5 € für Kaffee und Kuchen



Motto-Cafe Walpurgis

in fröhlicher Runde genießen wir selbst gebackenen Kuchen und widmen uns dem Hexenbesen-Führerschein
Termin: 29.04.25
14-16 Uhr
Büro Bernhardtstr. 71
5 € für Kaffee und Kuchen



Kneipp-Werkstatt Vorträge und Veranstaltungen

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

Kochen in der Küche der VHS mit Anke Gehlfuß

Anke wird mit uns Rezepte zum Thema "Leichte Frühlingküche mit Kräutern" kochen.
Als Vorspeise gibt es Wildkräutersuppe mit Brennessel, als Hauptspeise wird eine Spinat-Lachs-Lasagne gebacken und zum Dessert werden Pfannkuchen mit Beerenobst gefüllt.
Freitag, 25.04.2025 von 10-14 Uhr
in der VHS-Küche
- Teilnahmegebühr Lebensmittelumlage-

Jahreshauptversammlung

Einladung zur Jahreshauptversammlung der Kneipp-Vereine Cuxhaven e.V. am Sonntag, dem 27.04.2025 von 14.00-16.00 Uhr im Stadttheater Cuxhaven
Vorläufige Tagesordnung

- Begrüßung
- Gedenken an verstorbene Mitglieder
- Feststellung der satzungsgemäßen Einladung
- Feststellung der Beschlussfähigkeit der Mitgliederversammlung
- Feststellung und Annahme der Tagesordnung unter Berücksichtigung der fristgerecht eingegangenen Anträge
- Die Protokolle der letzten JHV vom 28.04.2024 und liegen in schriftlicher Form vor und können als Kopie in der Geschäftsstelle eingesehen werden
- Jahresbericht 2024 durch den Vorstand
- Bericht des Schatzmeisters und der Kassenprüfer
- Aussprache über die Berichte
- Entlastung des Vorstandes
- Vorstellung des Haushaltsplans für 2025 mit Aussprache und Genehmigung
- Kaffeepause mit Gebäck aus der Küche der Vorstände**
- Abstimmungen und Wahlen durch die Mitgliederversammlung
- zusätzliche Kassenprüfer
- Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft
- Verschiedenes und Bekanntmachungen
- Kneipp Aktionstage 2025 inkl. Tag der offenen Tür
- Kneipp-Werkstatt Planung 2025
- Teilnahme am Cuxhavener Marathon 2025
- Helios Gesundheitsmesse: Kneipp-Stand in der Kugelbakehalle
- Spätsommerfest 2025
- Schlusswort und Beendigung der JHV durch den Vorstand

Anträge zur JHV müssen schriftlich gestellt werden und spätestens bis zum 11.04.2025 beim Teamvorstand eingegangen sein.
Der Teamvorstand

Cuxhaven Marathon & Gesundheitsmesse in der Kugelbakehalle

Der Kneipp-Verein wird auch in diesem Jahr wieder am Cuxhavener Marathon teilnehmen, und zwar in der Gruppe 6 km Walking. **Wer aktiv dabei sein möchte, kann sich bei Martina Krupit (Tel: 0160 97054522) anmelden.** Anmeldeschluss ist der 11.04.2025 damit noch rechtzeitig die Kneipp-T-Shirts für die Teilnehmer bestellt werden können.
Parallel findet wie immer die Gesundheitsmesse statt. Dieses Mal sind wir in der Kugelbakehalle mit einem Stand vertreten. Unser Motto ist in diesem Jahr "Richtig am Strand hält fit". Wir würden uns über zahlreichen Besuch am Stand sehr freuen!

Sonntag, 04.05.2025 ganztägig -kostenlos-

Veranstaltung zur Heimatpflege

Der Kneipp-Verein wird auch in diesem Jahr wieder zwei Veranstaltungen zur Heimatpflege durchführen.
Die erste Veranstaltung befasst sich mit der Villa Gehben in Altenbruch.
Wir treffen uns am Bahnhof Cuxhaven und fahren gemeinsam mit dem Bus nach Altenbruch. Wir werden an der Haltestelle von Angelika Ehrmann abgeholt und laufen zur Villa Gehben. Dort bekommen wir eine Führung und ein bisschen historisches Hintergrundwissen zur Villa Gehben vermittelt. Danach geht es ins Café Löwenzahn auf ein Tässchen Kaffee und dann fahren wir mit dem Bus zurück zum Bahnhof Cuxhaven. Die Busfahrkarten und den Verzehr im Café muss jeder selbst bezahlen, die Führung in der Villa ist kostenlos.

Dienstag, 06.05.2025 ca. 13-17 Uhr
Anmeldung bei Gerlinde Melcher über die Büro-Telefonnummer: 04721 25222
Achtung, die Plätze sind begrenzt!
Die genauen Uhrzeiten werden im nächsten Newsletter bekannt gegeben.
Kosten: Fahrkarte ÖPNV und Verzehr im Cafe Löwenzahn

Die Kneipp Aktionstage 2025

Ernährung, Wasser, Heilpflanzen, Bewegung, Lebensordnung

Aktionstag Wasser am 13.05.2025

Der bundesweite **Kneipp-Aktionstag "Wasser"** findet in der Woche 12. bis 18. Mai statt, denn der 17. Mai ist der Geburtstag unseres Wasserdoktors Sebastian Kneipp.
Wir haben mit Ulrike Stockhusen eine fachkundige Frau für Kneippische Anwendungen gewinnen können. Manchen ist Ulrike Stockhusen sicher noch bekannt, denn sie ist ein langjähriges, zeitweise sehr aktives Mitglied im Kneipp-Verein. Gemeinsam mit Ulrike werden wir das Thema Wasser für euch von allen Seiten beleuchten.

Dienstag, 13.05.2025 von 12-17 Uhr
in der Bernhardstr. 71
-kostenlos-

Freie Plätze in laufenden Kursen

Freie Plätze im Kurs Nr.: 1390
QiGong
Mi 09.45 - 10.45 Uhr
Hannelore Peters Tel: 04723 4763

Kurzübersicht besondere Veranstaltungen

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

IMPRESSUM

Kneipp Verein Cuxhaven Vorstand: Gerlinde Melcher, Elke von Bergen, 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
Bernhardtstr. 71, 27472 Cuxhaven

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

Ich möchte diese Nachrichten nicht mehr erhalten