Kneipp
VEREIN
Cuxhaven e.V.

Newsletter # 33
Mai 2026

Neues vom Vorstand

Hallo liebe Kneipp-Mitglieder,
ein neues Vereinsjahr hat begonnen, die Jahreshauptversammlung 2026 war mit 74 Teilnehmern angesichts des parallel in der Nordersteinstrasse stattfindenden Blumenmarktes ein schöner Erfolg.
Als wiedergewählter Teamvorstand möchten wir uns für euer Vertrauen bedanken. Wir werden weiter unser Bestes für den Verein geben und die uns gestellten Aufgaben gemeinsam mit den Beiräten und den Mitgliedern des Runden Tisches meistern.

Euer Teamvorstand

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

Nachlese

... Jahreshauptversammlung

Die Jahreshauptversammlung wurde satzungsgemäß und mit 74 Teilnehmern durchgeführt. Die Höhepunkte umfassten den Vortrag der Finanzen samt Entlastung des Vorstands, den Jahresbericht 2025, die Ehrung der Jubilare, die Danksagung an die vielen Helfer und Kursleiter, **den Nachruf auf den verstorbenen ehemaligen Vorstandsvorsitzenden Eckhard Christiansen**, den Beschluss zur Erhöhung des jährlichen Mitgliedsbeitrags, die Zustimmung zum Haushaltsplan 2026, den Ausblick auf die Aktivitäten in 2026, die Situation in unseren gemieteten Räumlichkeiten und die Neuwahlen aller Funktionsträger des Kneipp-Vereins.
Eine ganz besondere Jubilarin ist Doris Rubach. Sie ist seit 60 Jahren Vereinsmitglied und war von 1981 bis 1998 Vorstandsvorsitzende des Kneipp-Vereins.
Das Protokoll der Jahreshauptversammlung kann in der Geschäftsstelle ab Anfang Mai eingesehen werden.
Hier stellen wir nun die neugewählten Funktionsträger des Kneipp-Vereins vor:

Teamvorstand:
Elke von Bargen
ist seit 10 Jahren, im Vorstand tätig. Nach vielen, vielen Jahren als Schatzmeisterin ist Elke heute als gute Fee im Hintergrund tätig. Sie springt ein, wenn Not am Mann ist, sie sorgt für Speis und Trank und sie kümmert sich.

Gerlinde Melcher
ist seit 2020 im Vorstand tätig. Gerlinde ist unser Kontakt nach außen, als Beirat beim Pari und im Netzwerk mit anderen Cuxhavener Vereinen. Sie betreut die Geschäftsstelle und unterstützt die Kneipp-Werkstatt. Außerdem ist sie Kursleiterin für Qi Gong Kurse und Sturzprophylaxe.

Martina Kruip
unterstützt seit 2021 den Vorstand und ist seit 2023 Mitglied des Vorstands. Sie kümmert sich um die Zusammenarbeit mit der Stadt zur Nutzung der Sportstätten, inklusive der Beantragung von Förderungen und Zuschüssen. Martina ist ebenso als Kursleiterin für Gymnastik und Fitnesskurse tätig.

Birgit Blass
ist seit 2023 im Vorstand. Sie organisiert den Runden Tisch, die Vorbereitung der JHV und andere große Veranstaltungen. Sie erstellt den monatlichen Newsletter und organisiert die Kneipp-Werkstatt.

Thomas Blass
ist seit 2023 Mitglied des Vorstands. Thomas ist als Schatzmeister und IT-Fachmann zuständig für Finanzen und Buchhaltung, die Mitgliederverwaltung, Kursabrechnung und IT-Infrastruktur.

Beirat:
Elisabeth Czaja
ist seit 2023 Mitglied des Beirats. Elisabeth ist Kursleiterin im Bereich Energy Dance und Bewegung mit Musik. Beim Runden Tisch und in den Projektgruppen zum Sommerfest und zum Tag der offenen Tür engagiert sich Elisabeth ganz besonders.

Britta Lorenzen
ist seit 2004 als Kursleiterin von Yoga-Kursen tätig. Britta ist seit vielen Jahren Mitglied im Beirat und half als Mitglied des Runden Tisches bei der Entscheidung für unsere neuen Räumlichkeiten.

Ralf Mohnhaupt
ist seit 2014 als Tourenleiter der Wander- und Radgruppen zuständig. Ralf ist seit einigen Jahren Mitglied des Beirats und des Runden Tisches. Außerdem ist er als Datenschutzbeauftragter für den Verein tätig. Durch seine Arbeit im Kneipp-Landesverband Niedersachsen ist Ralf auch unser Bindeglied zum Landesverband.

Michaela Wehr
ist seit 2019 Mitglied des Beirats und als Pressewartin für den Verein tätig. Michaela ist für die Erstellung der jährlich erscheinenden Vereins-Zeitung Kneipp-Kurier zuständig.

Malte Kruip
hilft als Ehemann von Vorstandsmitglied Martina Kruip bereits seit Jahren ehrenamtlich im Verein aus, z.B. bei Veranstaltungen des Vereins.

Anke Gehlfuß
ist Mitglied beim Runden Tisch und engagiert sich in verschiedenen Projekten. Anke war auch eine Zeit lang als Kursleiterin für den Verein tätig.

Kassenprüfer:
Thilo Richter
ist seit 2025 Mitglied im Kneipp-Verein. Er ist gelernter Kaufmann und hat mehr als 30 Jahre Erfahrung als Selbstständiger.

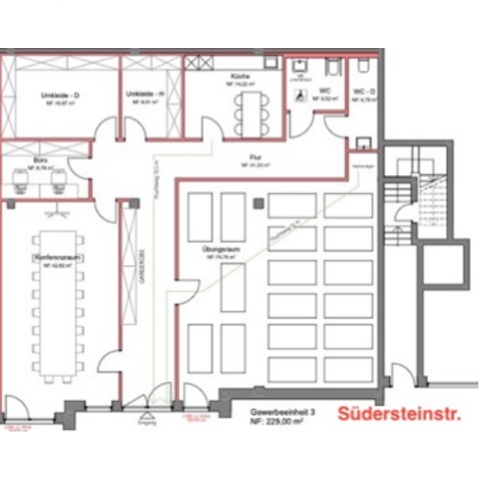
Gudrun Wäschenbach
ist seit 2025 Mitglied des Kneipp-Vereins. Gudrun hat bereits einen kleinen Workshop zur Selbstverteidigung und -behauptung im Verein durchgeführt und steht mit mehreren Vorträgen im Programm der Kneipp-Werkstatt. Als Kassenprüferin des Partnerschaftsvereins Penzance bringt sie die notwendige Erfahrung mit.

Eckhard Christiansen
Vorstandsvorsitzender des Kneipp-Vereins
von 2012 bis 2023

Doris Rubach

... neue Räumlichkeiten

Im letzten Sommer wurden uns die Räume in der Abendrothstrasse gekündigt und gemeinsam mit den Mitgliedern des Runden Tisches suchten wir neue Räumlichkeiten. Anfang dieses Jahres schlossen wir einen Mietvertrag für neue Räume in der Südersteinstrasse 36, die derzeit für uns umgebaut werden.
Erstmals in der Vereinsgeschichte wird der Kneipp-Verein die Geschäftsstelle, den Übungs- und den Veranstaltungsraum unter einem Dach vereinen können. Wir hoffen, dadurch ein richtiges ***Vereinsheim*** schaffen zu können und noch stärker als bisher den uns verbindenden Kneippschen Gedanken auszugestalten.
Die Übergabe der Räume ist für den 1. Juni 26 geplant, sodass im Laufe des Juni zuerst die Geschäftsstelle und dann alle Kurse aus der Abendrothstrasse nach und nach in die Südersteinstrasse 36 umziehen können. Gemeinsam mit dem Runden Tisch und den Kursleitern werden wir den Umzug nun planen.



... Wissenquiz

In der Sparte Spaß & Spiel haben wir zusätzlich zum Bingo nun das Wissensquiz eingeführt. In lockerer Unterhaltung mit Kaffee und Gebäck "quizzten" wir uns durch den ersten Nachmittag. Von lustigen Fragen wie "was ist ein Fisch mit hoffnungsvoller Farbe" *"Aal grün"* oder berühmte Personenpaare wie "Tarzan und" *"Jane"* oder etwas Allgemeinwissen wie "Welche Torte kommt aus einem berühmten Hotel in Wien" *"Sachertorte"*, etwas schwieriger "Welche Pflanze gehört nicht zu den Nachtschattengewächsen: Tomate, Tollkirsche, Kartoffel, Möhre" *"Möhre"* und etwas Intellektuelles " Wer erhielt 1972 den Literaturnobelpreis" *"Heinrich Böll"*.

... Heimatpflege Alte Liebe

Bei bestem Wetter trafen wir uns in kleiner Runde an der Alten Liebe, um die Heimatpflege weiterzuführen. Natürlich hatte Eckhard mit seinen wunderbaren Anekdötchen die Latte enorm hochgelegt und wir haben auch gar nicht den Anspruch, uns in Sachen Heimatpflege mit ihm zu vergleichen. Trotzdem wurde es ein netter Nachmittag mit vielen teils gemeinsam erarbeiteten Informationen zu den eng beieinanderliegenden historischen Stätten und Denkmälern. Den Abschluss bildete das gemeinsame Kaffeetrinken samt Klönschnack im "Pier 4".

... Vortrag Inge Bühner

In kleiner, gemütlicher Runde erzählten Inge und Dr. Jan Bühner von den Anfängen der Bürgerküche, von ihren Intentionen und von der Freude, anderen Menschen helfen zu können. Natürlich ließ Inge Bühner es sich nicht nehmen, eine köstliche "Hasenmousse" als Resteverwertung von Schokoladen-Osterhasen mitzubringen. Da konnten wir auch gleich "testen" wie lecker die Gerichte der Bürgerküche sind. Wer mehr über die Bürgerküche wissen möchte oder sich dienstags/donnerstags zum Essen anmelden möchte, sollte die Webseite der Bürgerküche anwählen:
https://buergerkueche-cuxhaven.de

Kneipp-Verein
kleine Aufgaben - große Unterstützung

Interessenten bitte beim Vorstand melden oder auf den Büro-Anrufbeantworter sprechen
Tel: 04721–25222

Aufgaben für die wir ehrenamtliche Helfer suchen:

Standbetreuung beim Cuxhaven Marathon am 10. Mai 26
Wer am Kneipp-Stand stundenweise mithelfen möchte, kann auf dem Büro-Anrufbeantworter seine Telefonnummer für einen Rückruf hinterlassen.

Umzug voraussichtlich Ende Mai bis Mitte Juni, Termine werden noch bekanntgegeben.
Wir brauchen Helfer für
- Möbelauf- und -abbau,
- Kisten schleppen,
- Transporter zur Verfügung stellen.

Wer hierbei mithelfen kann, bitte beim Vorstand melden.

Kneipp-Werkstatt
kreativ, Spaß & Spiel

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

Kneipp-Werkstatt
Wissensquiz für Senioren
mit interessanten
Fragestellungen
Termin: Di 28.04.26
14-16 Uhr
Büro Bernhardstr. 71
kostenlos

DIE GROSSE
QUIZBOX
FÜR SENIOREN

Kneipp-Werkstatt
Küchentücher bedrucken

Termin: Di 05.05.26
14-16 Uhr
Büro Bernhardstr. 71
5 € für Material

Kneipp-Werkstatt
Vortrag
von Gudrun Wäschenbach,
Frauen in Hamburg
Termin: Di 12.05.26
14-16 Uhr
Büro Bernhardstr. 71
kostenlos

Heimatpflege
Windstärke 10
Führung durch Angelika Paul
+ anschließend Kaffeetrinken

Termin: Di 26.05.26
14-16 Uhr
Büro Bernhardstr. 71
9,50 € Museum + Kaffeekosten
die spezielle Führung bezahlt der
Kneipp-Verein

Workshop
Essbares aus dem Wald
Führung und Verkostung
durch Ellengard Wylenczek
und Dorothee Fresemann
im Sahlenburger Privatwald
Termin: Di 02.06.26
14 Uhr
Treffpunkt Büro Bernhardstr. 71
10,00 €

Kneipp-Werkstatt
Workshop Origami
japanische Papierfalttechnik
vorgestellt von Christin
Fechner
Termin: Di 16.06.26
14 Uhr
Büro Bernhardstr. 71 oder
Südersteinstr. 36 - das wird noch
bekannt gegeben
5,00 €

Kneipp-Werkstatt
Motto-Cafe
Mittsommer / Johannisfest

Termin: Di 23.06.26
14 Uhr
Büro Bernhardstr. 71 oder
Südersteinstrasse 36 - das wird
noch bekannt gegeben
10,00 € für Kaffee und Kuchen

Besondere
Kneipp Veranstaltungen

Cuxhaven Marathon mit Kneipp-Stand, Sonntag 10.05.26

Wie bereits in den letzten Jahren, nehmen wir auch in diesem Jahr wieder in der Gruppe "6 km Walking" des Cuxhaven Marathons teil und sind mit einem kleinen Messestand vertreten.

Unsere Gruppe der Aktiven umfasst 12 Teilnehmer und startet um 13 Uhr. Anfeuernde Zuschauer sind gerne willkommen.

Den Kneipp-Stand könnt ihr jederzeit gerne zwischen 9.00 Uhr und 15.30 Uhr auf dem Vorplatz des Kurparks besuchen. Wir freuen uns über zahlreiche Besucher.

KNEIPP AKTIONSTAGE 2026
Jahresmotto:
Fünf gewinnt
– die Kraft der Kneippschen Elemente

Kneipp Aktionstag Wasser
(17. Mai 1821 Geburtstag Sebastian Kneipp)

„Auch das Wasser kann als wirksames Mittel
zur Erhaltung der Gesundheit, zur Bewahrung
und Vermehrung der Kräfte verwendet werden.“
Sebastian Kneipp

2026 steht beim Kneipp-Bund e.V. ganz im Zeichen der fünf Elemente, die das Fundament der Kneippschen Gesundheitslehre bilden: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und Lebensordnung.
Das Jahresmotto lädt uns alle ein, diese kraftvolle Vielfalt bewusst in unser Leben zu integrieren.
Wir begehen den Aktionstag Wasser am 19.05.2026 mit Informationen zum "Richtigen Trinken"
sowie mit kleinen Filmchen des Kneipp-Bundes zur Heilkraft des Wassers.

Termin: Di 19.05.26
14-16 Uhr
Büro Bernhardstr. 71
kostenlos

Neue Kurse und
Freie Plätze in laufenden Kursen

Freie Plätze im Kurs 14008
Hatha Yoga
Do 18.45 - 20.15 Uhr
Übungsraum in der
Abendrothstrasse
Ulrike Stumpe Tel: 04721 392759

Freie Plätze im Kurs 1400
Yoga
Mi 13.30 - 15.00 Uhr
Übungsraum in der
Abendrothstrasse
Ingrid Stüve Tel: 0176 21288699

Lebensfreude durch Bewegung mit Musik
Mi 19.00-20.00 Uhr
Übungsraum in der
Abendrothstrasse
Elisabeth Czaja Tel: 04758 7228311

Gesundheitsgymnastik
Di 09.30-10.30 Uhr
Übungsraum in der
Abendrothstrasse
Sofia Nagorski Tel: 0174 3639493

Fit & Vital mit Pilates
Do 11.15 - 12.15 Uhr
Übungsraum in der
Abendrothstrasse
Gudrun Niemczyk
Tel: 0157 30877463

Walking
Di 15.30 - 16.30 Uhr
verschiedene Startorte
Betti Brüning Tel: 0170 1808175

Hockergymnstik
Fr 10.45 - 11.45 Uhr
Übungsraum in der
Abendrothstrasse
Hannelore Peters
Tel: 04721 4233238

Hatha Yoga
Di 19.00 - 20.30 Uhr
Übungsraum in der
Abendrothstrasse
Anke Rennebeck
Tel: 0170 3458427

Kurzübersicht besondere
Veranstaltungen

Wir haben Ihnen eine Kurzübersicht zu den besonderen Veranstaltungen der Monate Mai - Juni 2026 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

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

Vorstand:
Gerlinde Melcher
Elke von Bargen
Martina Kruip
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: Stadtsparkasse Cuxhaven, BIC: BRLADE21CUX
IBAN: DE88 2415 0001 0000 1930 60

Ich möchte diese Nachrichten nicht mehr erhalten