

Am Tag der seelischen Gesundheit (10. Oktober) stellte sich der am 30. Juni gegründete **Kneipp-Verein Bad Münstereifel** im Kurgarten am Wallgraben unterhalb des Historischen Kurhauses (Heino's Café) im Rahmen eines Kneipp-Aktionstages der Öffentlichkeit vor. Der **Kneipp-Verein Gelderland** konnte dem Vorstand des noch jungen Vereins von gespendeten Teilnehmerbeiträgen

aus den eigenen Reihen einen ersten **Scheck in Höhe von 700 Euro** überreichen. Die Menschen in dem schwer von der Flutkatastrophe betroffenen Eifelstädtchen brauchen Abwechslung und Perspektive, damit sie die innere Balance ein Stück weit wieder herstellen können. Neben einer zweistündigen Kneipp-Erlebniswanderung konnten die Interessierten an einem Hula Hoop-Workout teilnehmen. Selbstgebackener Streuselkuchen und gesunder Brotaufstrich sorgten für das leibliche Wohl. Sie können uns weiterhin helfen, indem Sie Kursbeiträge, die durch coronabedingte, ausgefallene Stunden zur Verrechnung offenstehen, spenden. Wir



v.l.n.r.: Iris Jungfer (stellv. Vorsitzende), Peter Hanschke (Vorsitzender), Roswitha Pollack (stellv. Vorsitzende), Udo Spelleken (Kneipp-Verein Gelderland), Josef Brück (Schatzmeister), Berit Klandt (Beisitzerin)

wollen und werden einen weiteren Betrag spenden, denn der Kneipp-Kurort ist noch weit von einer Normalität entfernt. Natürlich freuen wir uns über weitere Spenden von Ihnen mit dem Stichwort „Bad Münstereifel“ auf das Konto des Kneipp-Vereins Gelderland bei der Volksbank an der Niers DE 98 3206 1384 0108 1500 17 * GENODED1GDL



1821 - 2021
KNEIPP
JAHRE

In unserem zu Ende gehenden Jubiläumsjahr, Sebastian Kneipp wäre 200 Jahre geworden, bieten wir Ihnen zwei weitere Vorträge in etwas anderen Räumlichkeiten an:

Zum ersten Mal sind wir im **Coworking Space** in **Geldern, Glockengasse 7**, einem Raum, der zum GeldernerGründerZentrum gehört. Dort geht es im Kneipp-Vortrag am **Dienstag, 9. November um 18 Uhr** um „Kneipp's fünftes Element: Lebensordnung von A bis Z“. „Das ABC der fünften Säule“ wird von **Anwendung bis Zuwendung** oder von **Achtsamkeit bis Zufriedenheit** in einer Präsentation mit Liss Steeger dargelegt. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung nicht erforderlich.

Am **Dienstag, 16. November um 18 Uhr** zeigt Michael Keunecke im **Bestattungshaus Spolders-Keunecke, Weseler Str. 61** in Geldern die Räumlichkeiten. In seinem Vortrag geht es um „**Konventionelle und moderne Bestattungsarten - Möglichkeiten in Geldern**“. bestattungen-geldern.de



Mit Tradition
.....in die Zukunft!



125 Jahre
Kneipp-Bund

■ So wird es aussehen, unser Programmheft 2022. Derzeit planen wir den Inhalt mit neuen Kursen, Tagesreisen und Wanderungen. Es ist außerdem vorgesehen, über **Karneval Mittwoch, 23.02.** bis **Donnerstag, 03.03.2022** nach den Touren in 2019 und 2020 zum dritten Mal nach **Bad Lauterberg/Harz** in das Kneipp-Bund Hotel zu fahren.



Waldfreibad
Walbeck

Interregionale Sport- und Eventstätte

Entgegen der Ankündigung im Programmheft findet der **Adventskaffee** für unsere Mitglieder am **Samstag, 27. November um 14.30 Uhr** statt. Die Einladung in die **Eventlocation Waldfreibad Walbeck** wird rechtzeitig versendet. Bitte merken Sie sich diesen Termin am Samstag vor dem 1. Advent schon einmal vor.



Yoga und Klangschaalen online: Aus unseren vielfältigen online-Kursen im Lockdown des vergangenen Jahres wollen wir zwei Angebote den Winter über beibehalten. **Montags** können wir uns von **18 bis 19 Uhr** bei den **Klangschaalen** mit **Thekla Rütten** entspannen. **Donnerstags** hält uns **Brigitte Aryee** von **19.30 bis 21 Uhr** mit **Yoga fit**. Ein Einstieg in beiden Kursen ist jederzeit möglich. Eine Bezahlung erfolgt nur anteilig. Die Beiträge gelten immer pro Haushalt, sodass die ganze Familie mitmachen kann. Erkundigungen und Anmeldungen ausschließlich über die E-Mail-Adresse onlinekurse@kneippverein-gelderland.de



Dieses Mitteilungsblatt wurde gedruckt mit freundlicher Unterstützung der

**STADTWERKE
GELDERN**

In der Ideen- und Mitmachwerkstatt **Innenstadt (IMI)**, Markt 18 a, Geldern gibt es im November zwei Veranstaltungen mit Kneipp-Beteiligung. www.imi-geldern.de



Am **Samstag, 13. November** um **14 Uhr** kommt gesammeltes Waldmaterial beim **Waldbasteln** mit **Ute Stehlmann** zum Einsatz.

Am **Samstag, 20. November** um **14 Uhr** findet die kreative Schreibwerkstatt „Der geflügelte Bleistift“ mit **Liss Steeger** statt. Durch ideenreiche Animationen wird in zwangloser Atmosphäre der Fantasie auf die Sprünge geholfen und der Schreibfluss in Gang gesetzt.

Wir laden Sie herzlich ein zu einem Sportaktionstag „Aktiv aus dem Stimmungstief“ am **Samstag, 4. Dezember** von **14 bis 18 Uhr** in „Dein Sporthaus“ **Pariser Bahn 7** in Geldern.

Gemeinsam mit dem Sportbildungswerk, dem Paritätischen und dem Kreissportbund Kleve bietet der Kneipp-Verein die Möglichkeit neben einer Kneipp-Einführung Yoga, Pilates, Thai Chi und Gymnastik zu testen. In den Pausen werden Snacks gereicht. Anmeldung zu dieser kostenfreien Veranstaltung per E-Mail info@ksb-kleve.de oder unter 02831 92830-0. Es gilt die 3-G-Regel.

Mit freundlicher Unterstützung

Coworking Geldern



COWORKING by GeldernerGründerZentrum GmbH • Glockengasse 5 • 47608 Geldern • www.coworking-geldern.de

**Verein
Kneipp**
aktiv & gesund
Gelderland e.V.

DIE
NATUR
HILFT



Das im August gestartete **Waldbaden** hat im wahrsten Sinne des Wortes „großen Anklang“ gefunden, denn auch die **Klangschaalen** haben die kleinen Erlebniswanderungen im Wald schon untermalt. Kreative Übungen aus der Kunst oder der Poesie runden das ganzheitliche Erlebnis ab. Von **Dezember bis März** wollen wir das **Waldbaden** an jedem **2. Samstag** anbieten. Die integrative **Waldtherapeutin Ute Stehlmann** wandert mit den Interessierten durch ausgewählte Wälder der Umgebung. Die Treffpunkte werden über die Presse bekanntgegeben. Es fällt eine Gebühr von **5 Euro p. P.** an. Die Termine sollten Sie bereits jetzt vormerken: **11. Dezember, 8. Januar, 12. Februar, 12. März**, Start jeweils um **13.30 Uhr**.



Wenn die Bedingungen es zulassen, bieten wir nach genau zwei Jahren das **Vorweihnachtliche Singen** wieder an. Am **Dienstag, 7. Dezember** wollen wir uns um **18 Uhr** im **Freizeit Center Janssen**, Dieselstr. 3 in Geldern treffen. Die Lieder werden wie gewohnt präsentiert und das Singen wird am Akkordeon vom Kneipp-Vorsitzenden **Udo Spelleken** begleitet.



Singen macht
Freu(n)de

Fantasievoll geschmückte Stände und Fahrgeschäfte werden die **Hagener City** zwischen **Friedrich-Ebert-Platz** und **Adolf-Nassau-Platz** wieder in ein leuchtendes **Weihnachtsdorf** verwandeln.

Weihnachtsmarkt Hagen



Unsere **Weihnachtsmarkt-Tour** startet am **Mittwoch, 8. Dezember** um **13.30 Uhr** in Geldern ab **Parkplatz Friedhof** und ab **13.45 Uhr** ab **Vogt-von-Belle-Platz Issum**. Mitglieder zahlen **25 Euro**, Nichtmitglieder **28 Euro**. Anmeldungen unter 02831 993880 oder per E-Mail an kneipp@kneippverein-gelderland.de.

Am **6.11.** um **14 Uhr** führt der **ADFC** eine Radwanderung ab **Drachenbrunnen Geldern** durch. Die letzten Wandertermine 2021: **6.11. Arcen/NL**, **13.11. Rund um Kevelaer**, **4.12. Reindersmeer/NL**. Bitte achten Sie in Bezug auf die Zeiten und Cafés auf die Ankündigungen in der Presse.

Anschrift Kneipp-Geschäftsstelle: Markt 17, 47608 Geldern
Tel. 02831 993880, www.kneippverein-gelderland.de
Öffnungszeiten: Die. + Frei. 9 bis 12 Uhr, Do. 15 bis 18 Uhr

Das Mitteilungsblatt wurde erstellt von Schriftführerin **Liss Steeger**