



### Einladung zur Adventsfeier

Der Kneipp-Verein Gelderland lädt alle Mitglieder am **Samstag, 7. Dezember um 14.30 Uhr** in die **Gaststätte Lindentuben, Staufenbergstr. 37** in Geldern ein.

Bei Kaffee und Kuchen in gemütlicher Runde mit persönlichem Austausch gibt es ein reichhaltiges Programm. Gemeinsam lassen wir das vergangene Jahr ausklingen und stimmen uns auf ein neues Kneipp-Jahr mit zahlreichen Aktivitäten ein. Eine Anmeldung für diese stimmungsvolle Adventsfeier ist bis Freitag, 1. Dezember unter Tel. 02831 993880 oder [geschaeftsstelle@kneippverein-gelderland.de](mailto:geschaeftsstelle@kneippverein-gelderland.de) erforderlich. Mit der Überweisung des geringen Kostenbeitrags von 5 Euro ist die Anmeldung verbindlich.



### Erntefest am 12.10. in Wetten im Kneipp-Erlebnis-Garten

#### Ein Projekt für Nachhaltigkeit und für ALLE!

Gestartet sind wir dieses Jahr am 11. Juli. Der Boden wurde vorbereitet und die Beete markiert. Am 18. Juli wurde im Rahmen eines Workshops unter fachkundiger Anleitung der Bauernhoferlebnispädagogin Stefanie van Look so gesät und gepflanzt, dass die Pflanzen möglichst wenig gegossen werden mussten und gut zueinander passten. Schon einen Monat später hatte sich der Acker in eine üppig grüne Fläche verwandelt, von der schon die ersten Radieschen und Salate geerntet werden konnten. Seitdem treffen sich die Teilnehmenden koordiniert von Claudia Thiel, Natur- und Umweltpädagogin, regelmäßig zur Gartenpflege und Ernte. Zum Erntefest am **Samstag, 12. Oktober von 11:00 bis 14:00 Uhr** sind alle in den Kneipp-Erlebnispark am World House in Wetten, Vellarsweg 2 eingeladen. Es wird geerntet, gemulcht, gekocht und gegessen. Kinder sind herzlich willkommen. Informationen und Anmeldungen unter

[kneippkinder@kneippverein-gelderland.de](mailto:kneippkinder@kneippverein-gelderland.de).



### Weitersagen: Der Kneipp-Verein ist bei Instagram!!

Um aktuelle Informationen über die Aktivitäten des Kneipp-Vereins Gelderland möglichst breit zu verteilen, arbeiten wir mit mehreren an unserem publizistischen Angebot. So finden Sie Berichte und Ankündigungen wie gewohnt in der Zeitung, auf der Homepage und auf Facebook. Seit August ist der Kneipp-Verein Gelderland auch bei Instagram unter

[kneippvereingelderlandev](https://www.instagram.com/kneippvereingelderlandev) zu finden. Sarah Quasten hat den Account neu

eingerrichtet und gestaltet und pflegt ihn seitdem. Damit steigt die Reichweite des Kneipp-Vereins im social media Bereich enorm. Gerade jüngere Teilnehmende nutzen diese Kanäle und informieren sich über aktuelle Themen und Termine. Deshalb: Gerne weitersagen!

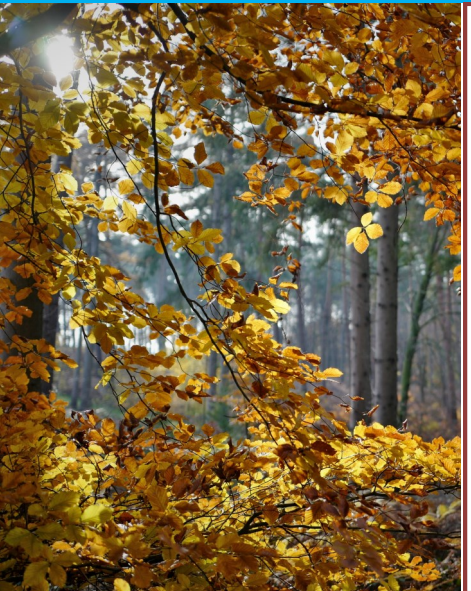


**Weitere Termine 2024:** Mittwoch, 16.10. Kneipp Radwanderung mit Manfred Korsten in Richtung Issum  
Sa., 02.11. Wanderung 10-12 km mit Harald Lhotzky Mi., 13.11. Wanderung 5-6 km mit Harald Lhotzky  
Sa., 07.12. Wanderung 10-12 km mit Harald Lhotzky Sa., 28.12. Kräuterführung mit Sybille Lhotzky „Räuchern“



## Treffen der Ehrenamtlichen und Übungsleiter

Gute Stimmung herrschte beim Treffen der Ehrenamtlichen, die mit einer Vorstellung von A bis Z aller 55 Mitwirkenden von der Vorsitzenden Liss Steeger begrüßt wurden. Schon viele Jahre sind für den Kneipp-Verein tätig: Mara Baston seit 2000, Maria Hendricks seit 2003, Brigitte Aryée und Michael Knops seit 2010. Auch die Kneipp-Journal-Verteiler blicken auf ein langjähriges ehrenamtliches Engagement zurück. Der Kneipp-Verein bedankt sich für diese Tätigkeiten und lud im Anschluss zum reichhaltigen Büfett. Es blieb noch genügend Zeit für einen regen Austausch und Kneipp-Netzwerken mit neuen und frischen Ideen.



## Schnupper-Waldbaden im Winterwald

Ute Stehlmann, integrative Waldtherapeutin, bietet auch in diesem Jahr **Waldbaden** als Schnupper-Angebot an. Eine gute Gelegenheit, die positive Wirkung des Waldbadens kennen zu lernen:

- Stärkung der Immunkräfte,
- Entspannung
- kurze Spaziergänge im ruhigen Tempo.

Der grauen und dunklen Jahreszeit können Sie beim Schnupper-Waldbaden entfliehen: Mit kleinen Entspannungsübungen und kreativem Sehen finden wir gemeinsam die Winterschönheiten. Etwa zwei Stunden dauert die Strecke von drei bis vier Kilometern. Warme Kleidung ist erforderlich. Waldbaden ist kein sportliches Wandern und findet bei jedem Wetter statt, einzige Ausnahmen: Glatteis oder Sturm ab Windstärke sechs. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, der Kostenbeitrag beträgt fünf Euro für Mitglieder, alle anderen zahlen sieben Euro, die am Treffpunkt zu entrichten sind.

- **Samstag, 30.11.2024 um 14 Uhr**
- **Samstag, 21.12.2024 um 14 Uhr**

Die genauen Treffpunkte werden noch bekannt gegeben.

## Die Saison im Kneipp-Gesundheitsgarten geht zu Ende

Auch wenn demnächst im Tretbecken das Wasser abgelassen wird und im Kneipp-Gesundheitsgarten die Winterruhe einkehrt, lädt dieses schöne Fleckchen an der Clemensstraße in Geldern doch noch zum Verweilen ein. Der Wiesenpfad sowie der Barfußpfad stehen auch im Winter zur Verfügung, außerdem bieten die zahlreichen Samenstände der Kräuterstauden in der Winterzeit einen schönen Anblick. So ist im Kneipp-Gesundheitsgarten ganzjährig eine kleine Auszeit vom Alltag möglich.



Das Mitteilungsblatt wurde erstellt von Sabine Joosten



Dieses Mitteilungsblatt wurde erstellt mit freundlicher Unterstützung der

**STADTWERKE  
GELDERN**

Im Raum Issum findet am **Samstag, 26. Oktober** von 10 bis 12 Uhr das Format „Mit den Großeltern in den Wald“ statt. Kinder ab fünf Jahre sind eingeladen, mit Oma und Opa die grüne Apotheke des Waldes spielerisch zu erleben und zu entdecken. Dazu werden vielfältige Aktionen vorbereitet. Anfragen [kneippkinder@kneippverein-gelderland.de](mailto:kneippkinder@kneippverein-gelderland.de)

Anschrift Kneipp-Geschäftsstelle: Markt 17, 47608 Geldern  
Tel. 02831 993880, [www.kneippverein-gelderland.de](http://www.kneippverein-gelderland.de)  
Öffnungszeiten: Di.+ Fr. 9 bis 12 Uhr, Do. 15 bis 18 Uhr