Kneipp
VEREIN
Gelderland e.V.

@KNEIPPVEREINGELDERLANDEV

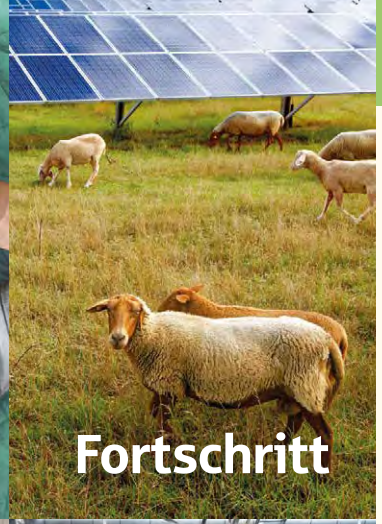


NATÜRLICH
KNEIPP
Prävention, die verbindet

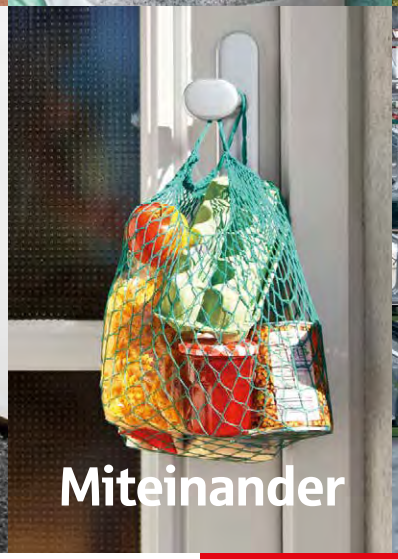
PROGRAMM 2027













Weil's um mehr als Geld geht.

Seit unserer Gründung prägt ein Prinzip unser Handeln: Wir machen uns stark für das, was wirklich zählt. Für eine Gesellschaft mit Chancen für alle. Für eine ressourcenschonende Zukunft. Für die Regionen, in denen wir zu Hause sind.
Mehr auf sparkasse.de/mehralsgeld

Sparkasse Krefeld

Der Vorstand und die Geschäftsstelle

Kneipp-Verein Gelderland e.V.

Markt 17, 47608 Geldern
Tel.: 02831 993880
kneipp@kneippverein-gelderland.de
www.kneippverein-gelderland.de

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Dienstag	09:00 – 12:00 Uhr
Donnerstag	15:00 – 18:00 Uhr
Freitag	09:00 – 12:00 Uhr

Bankverbindung

Volksbank an der Niers eG
IBAN: DE98 3206 1384 0108 1500 17
BIC: GENODED1GDL

Sparkasse Krefeld
IBAN: DE43 3205 0000 0000 1652 41
BIC: SPKRDE33XXX

Der Vorstand:



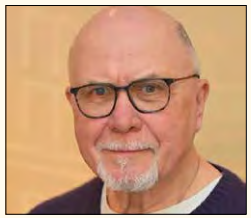
Liss Steeger (Vorsitzende)
Tel.: 0175 5686910
E-Mail: lisssteeger@kneippverein-gelderland.de



Margret Voßeler-Deppe (stellvertretende Vorsitzende)
Tel.: 0172 9458196
E-Mail: klaus.vosseler@t-online.de



Henni Bogers (Schatzmeisterin)
Tel.: 02831 993880
E-Mail: kneipp@kneippverein-gelderland.de



Lutz Grützner (Schriftführer)
Tel.: 02831 993880
E-Mail: kneipp@kneippverein-gelderland.de





„Natürlich Kneipp – Prävention, die verbindet“ heißt das aktuelle Motto für das Jahr 2027. Die Kneipp-Bewegung hat ihr Image als etwas betuliches und angestaubtes Wassertret-Modell längst verloren. Nicht nur in medizinischen und Reha-Einrichtungen sind die klassischen Wasseranwendungen und die Vermittlung von Praktiken zur gesunden Ernährung oder zur Lebensordnung inzwischen etabliert, auch als Ergänzung zur schulmedizinischen Behandlung und als Leitfaden für eine einfache, gesunde Lebensführung nach dem Klinik-Aufenthalt. Die besonderen Ideen, die Sebastian Kneipp im 19. Jahrhundert entwickelte und die wir heute in seinem Namen fortführen, setzen früher an. Aus eigener Krankheitserfahrung wusste er, wie sehr sich eine gesunde Lebensweise nicht nur nachträglich zur Krankheitslinderung und -vermeidung, sondern bereits vorher zur Prävention auswirkt. Damit wird die Kneippsche Philosophie für jede Altersgruppe attraktiv. Bewegung, Ernährung, Wasseranwendungen, Lebensordnung und sogar (Heil-)Pflanzenkunde sind Bildungsinhalte, die schon im Kindergarten vermittelt werden können.

Der Kneipp-Verein Gelderland kooperiert mit verschiedenen Einrichtungen. Von dem, was die Kinder dort spielerisch erlernen, profitieren sie ihr ganzes Leben. Und hier kommt, neben all den individuellen Benefits für diejenigen, die an den zahlreichen Angeboten des Kneipp-Vereins Gelderland teilnehmen, auch eine ökonomische Dimension zum Tragen. Menschen, die sich präventiv um ihre Gesundheit kümmern, entlasten die Sozialsysteme. Sie können sich in Arbeitswelt, Familie und Gesellschaft aktiv einbringen, und schaffen damit auch wirtschaftlichen Mehrwert. Wer Prävention betreibt, handelt verantwortungsbewusst, sich selbst wie auch der Gesellschaft gegenüber. Daran knüpft der Kneipp-Verein mit dem diesjährigen Motto an.

Am Ende führen alle theoretischen Erörterungen nicht weiter, sofern die konkreten Angebote nicht angenommen werden. Die steigenden Mitgliederzahlen des Kneipp-Vereins Gelderland sowie das ständig erweiterte Programm zeigen uns, dass wir viele Menschen erreichen. Bei uns werden Sie rundum bewegt mit Körper, Geist und Seele. Seien Sie willkommen.

Wir freuen uns auf Sie.
Ihr Kneipp-Team im Gelderland

Kneipp verein t

Erleben Sie Ihren
persönlichen Wellnesstag!

See Park
SPA

Wellness & Entspannung für Körper und Seele

- Sauna-Landschaft
- Panorama-Pool
- Beauty- und Massage
- Partneranwendungen im Romantic SPA
- Health Club••









See Park ★★★★

See Park Janssen | Danziger Str. 5 | 47608 Geldern
Tel.: + 49 (0) 28 31 · 92 92 88 | www.seepark.de



Die Gesundheitslehre nach Kneipp ist ein Konzept für ein einfaches, naturverbundenes Leben mit Verantwortung für die eigene Gesundheit und unsere Umwelt.

Die Basis bilden die fünf Elemente, zu denen Sebastian Kneipp prägnante Zitate hinterlassen hat.

Heilkraft des Wassers
„Lernt das Wasser richtig kennen, und es wird euch stets ein verlässlicher Freund sein."

Ernährung
„Der Weg zur Gesundheit führt durch die Küche – nicht durch die Apotheke."

Bewegung
„Untätigkeit schwächt, Übung stärkt, Überlastung schadet".

Extrakte aus Kräutern
„Die Natur ist die beste Apotheke!"

Lebensrhythmus
„Vergesst mir die Seele nicht!"

Setzen Sie einen **H E B E L** in Bewegung und machen Sie mit im Kneipp-Verein Gelderland.

Anmeldung zu unseren Kursen

Online durch Scannen des nebenstehenden QR-Codes oder unter
https://kneippverein-gelderland.de/anmeldung

Suchen Sie sich einfach den Kurs aus, den Sie buchen möchten, und folgen Sie den angezeigten Schritten. Nutzen Sie dabei gerne die Filtermöglichkeiten zu den Kurskategorien oder geben Sie die konkrete Kursnummer oder -namen in die Suchmaske ein. Als Hilfestellung steht Ihnen dort auch eine vollständige Anleitung zur Verfügung.

Zudem helfen wir Ihnen gerne bei der Anmeldung oder anderen Fragen weiter.
Wir sind zu erreichen **Di. 09:00–12:00 Uhr, Do. 15:00–18:00 Uhr und Fr. 09:00–12:00 Uhr** persönlich in der Geschäftsstelle am Markt 17 oder telefonisch unter **02831 993880.**

Informationen zu den Angeboten des Kneipp-Vereins:

- Alle Teilnehmenden sind bei unseren Angeboten versichert.
- Programmänderungen behalten wir uns grundsätzlich vor.
- Bei vielen Angeboten sind auch Nichtmitglieder herzlich willkommen. außer bei den Mehrtages- und Tagesreisen.
- Unsere Kurse werden von qualifizierten Kräften geleitet.
- Mit der Anmeldung über das Buchungssystem Yolawo wird die Anmeldung verbindlich.

Folgen Sie uns auf Instagram für Inspiration und Gesundheitstipps und werden Sie Teil unserer Community

@KNEIPPVEREINGELDERLANDEV

Auf unserem Instagram-Account erwartet Sie eine bunte Mischung aus Gesundheitstipps, Einblicken in unsere Veranstaltungen, Anregungen zur Kneipp'schen Lebensweise und vielen weiteren spannenden Themen rund um Gesundheit, Natur und Wohlbefinden.

Wir halten Sie über unsere Kurse und Veranstaltungen auf dem Laufenden und geben regelmäßig Einblicke in unsere Vereinsaktivitäten.

Folgen Sie uns, tauschen Sie sich mit Gleichgesinnten aus, kontaktieren Sie uns bei Fragen, Anregungen oder Wünschen und lassen Sie sich von der Kraft der Kneipp-Lehre inspirieren.

Jetzt folgen: @kneippvereingelderlandev oder einfach den QR-Code scannen.

Ihre Vorteile bei der Mitgliedschaft im Kneipp-Verein:

- Sie nutzen ein vielfältiges gesundheitsorientiertes Angebot für Bewegung und Entspannung: Alle Angebote günstiger, manche kostenfrei.
- Sie finden Kontakt mit Gleichgesinnten bei Reisen, Vorträgen, Tages- und Mehrtagesfahrten, Ausflügen, und (Rad)Wanderungen und Spaziergängen.
- Sie erleben Geselligkeit beim (Heilsamen) Singen, Kaffee trinken und Zusammensein.
- Sie nehmen an unserer Weihnachtsfeier und Mitgliederversammlung teil.
- Sie lernen Kneipp-Anwendungen und ihre positiven Wirkungen sowie die Verwendung von Heilkräutern kennen.
- Sie können sich engagieren als Kursleiter/in, (Rad)Wanderführer/in oder ehrenamtliche/r Mitarbeiter/in.
- Sie erhalten alle drei Monate das Kneipp-Journal des Kneipp-Bundesverbandes frei Haus.
- Sie erhalten Zugang zur Kneipp-Visite auf der Homepage des Kneipp-Bundes und genießen Rabatte beim Einkauf im Kneipp-Verlag.
- Sie bekommen Vergünstigungen bei Aus- Fort- und Weiterbildungskursen in der Sebastian-Kneipp-Akademie sowie beim Urlaub in manchen Kneipp-Kurhotels in Bad Wörishofen.
- Sie unterstützen nachhaltig unsere präventive Gesundheitskonzeption.
- Sie helfen uns, unsere Ziele auf der Grundlage von Sebastian Kneipps Fünf-Elemente-Prinzip (H-E-B-E-L) zu erreichen.

"Wer bemüht ist, sein eigenes Glück zu suchen, der ist auch den anderen gerne behilflich dazu." *Sebastian Kneipp*

Werden Sie Mitglied!

Als Mitglied im Kneipp-Verein Gelderland e.V. sind für Sie viele Kursangebote vergünstigt oder kostenfrei. Außerdem profitieren Sie von weiteren Angeboten des Kneipp-Vereins.

Den Aufnahmeantrag, das SEPA-Lastschriftmandat und Datenschutzerklärung unter kneippverein-gelderland.de/mitglied-werden oder diesen QR-Code scannen.

Jahresbeitrag Einzelperson **36,00 €**
Jahresbeitrag Familien **48,00 €**
(für alle in einem Haushalt lebenden Personen)

Bitte beachten Sie, dass Mitgliedsbeiträge Mitte des Jahres abgebucht werden.

LINDEN STUBEN
Gastgeber aus Leidenschaft

Planen Sie Ihre **Hochzeit**,
einen besonderen **Geburtstag**
oder eine andere **Familienfeier**?



z.B. mit unseren All-inklusive-Angeboten für unvergesslich schöne Hochzeiten und Familienfeiern ist das kein Problem.

Wir organisieren auch Ihre **Betriebs-, Vereins-** oder **Weihnachtsfeier**



Immer wieder sonntags ab 12 Uhr
steht unser
Linden Schlemmer Buffet
für Sie bereit

Wir bitten um eine Reservierung

Weitere Informationen gerne unter:
02831-4040 oder
info@restaurant-lindenstuben.de

Stauffenbergerstraße 37
47608 Geldern
Tel.: 02831 - 4040
www.restaurant-lindenstuben.de

Ideen- und Mitmach-Werkstatt
Innenstadt Geldern e.V. (IMI)

Der Treffpunkt in Geldern
Glockengasse 20

- für Menschen, die gern aktiv kreativ ihre Zeit gestalten
- für Menschen, die Kontakt suchen zu Gleichgesinnten.

Vielseitige Angebote und Workshops zu verschiedenen Themen und Techniken

Dienstags, freitags und samstags zwischen 10 und 13 Uhr ist Klönzeit / Kreativ-Lädchen geöffnet.

Kontaktaufnahme
www.imi-geldern.de

Ein gesundheitsförderndes Angebot für Erwachsene zur Kräftigung des Bewegungsapparates.

Sie lernen, wie Sie die belebende und entspannende Wirkung des Wassers für verschiedene gymnastische Übungen nutzen können. Durch den Wasserwiderstand werden die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System gestärkt sowie das Bindegewebe gestrafft. Die Kurse dienen der Mobilisierung von Wirbelsäule, Schultern und Armen. Durch den Auftrieb des Wassers werden Gelenke und Sehnen geschont. Wasser ist wohl das beliebteste Element für uns Menschen. Die hohe Wertigkeit des nassen Elements erkannte auch Sebastian Kneipp.

Geleitet durch eine qualifizierte Übungsleitung wird gemeinsam in der Gruppe die Verantwortlichkeit für die eigene Gesundheit gestärkt und die Motivation zum langfristigen Training gefördert.

Mehrzweckbecken im Hallenbad der Stadt Kevelaer, Hüls 13, 47623 Kevelaer

Kurs 130	**montags 20:00 – 21:00 Uhr**	
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
11.01. – 15.03.2027	**05.04. – 12.07.2027**	**06.09.– 20.12.2027**
9-mal	13-mal	13-mal
76,50 € / 94,50 €*	110,50 € / 136,50 €*	110,50 € / 136,50 €*
Kursleiterin: Liss · aqua@kneippverein-gelderland.de		

Kurs 131	**mittwochs 13:45 – 14:30 Uhr**	
Kurs 132	**mittwochs 14:30 – 15:15 Uhr**	
Kurs 133	**mittwochs 15:15 – 16:00 Uhr**	
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
13.01. – 17.03.2027	**07.04. – 14.07.2027**	**01.09. – 15.12.2027**
10-mal	14-mal	14-mal
75,00 € / 95,00 €*	105,00 € / 133,00 €*	105,00 € / 133,00€*
Kursleiterin: Marina / Manuela · aqua@kneippverein-gelderland.de		

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter aqua@kneippverein-gelderland.de

Bewegungsbad Gelderlandklinik, Clemensstraße 10, 47608 Geldern

Kurs 123 mittwochs 12:15 – 13:00 Uhr			
Block 1	**Block 2**	**Block 3**	**Block 4**
13.01. – 31.03.2027	**07.04. – 30.06.2027**	**07.07. – 29.09.2027**	**06.10. – 22.12.2027**
11-mal	12-mal	12-mal	11-mal
82,50 € / 104,50 €*	90,00 € / 114,00 €*	90,00 € / 114,00 €*	82,50 € / 104,50 €*
Kursleiterin: Caro · aqua@kneippverein-gelderland.de			

Kurs 124 donnerstags 12:15 – 13:00 Uhr			
Block 1	**Block 2**	**Block 3**	**Block 4**
07.01. – 25.03.2027	**01.04. – 24.06.2027**	**01.07. – 30.09.2027**	**07.10. – 23.12.2027**
11-mal	10-mal	13-mal	11-mal
82,50 € / 104,50 €*	75,00 € / 95,00 €*	97,50 € / 123,50 €*	82,50 € / 104,50 €*
Kursleiterin: N.N. · aqua@kneippverein-gelderland.de			

Kurs 125 donnerstags 17:00 – 17:45 Uhr			
Block 1	**Block 2**	**Block 3**	**Block 4**
07.01. – 25.03.2027	**01.04. – 24.06.2027**	**01.07. – 30.09.2027**	**07.10. – 23.12.2027**
11-mal	10-mal	13-mal	11-mal
82,50 € / 104,50 €*	75,00 € / 95,00 €*	97,50 € / 123,50 €*	82,50 € / 104,50 €*
Kursleiterin: Caro · aqua@kneippverein-gelderland.de			

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter aqua@kneippverein-gelderland.de

Kneipp-Wasser-Fitness mit Wirkung©

Bewegungsbad Gelderlandklinik, Clemensstraße 10, 47608 Geldern

Kurs 126 freitags 12:15 – 13:00 Uhr			
Block 1	**Block 2**	**Block 3**	**Block 4**
08.01. – 19.03.2027	**02.04. – 25.06.2027**	**02.07. – 24.09.2027**	**01.10. – 17.12.2027**
10-mal	12-mal	12-mal	11-mal
75,00 € / 95,00 €*	90,00 € / 114,00 €*	90,00 € / 114,00 €*	82,50 € / 104,50 €*
Kursleiterin: Silke K.· aqua@kneippverein-gelderland.de			

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

„Freilich, wenn man dem lieben Wasser schon 50 Schritt aus dem Weg geht vor lauter Angst und Entsetzen davor, dann ist nichts mehr zu machen. “ *Sebastian Kneipp*

Kurs 127 freitags 15:30 – 16:15 Uhr Kurs 128 freitags 16:15 – 17:00 Uhr			
Block 1	**Block 2**	**Block 3**	**Block 4**
08.01. – 19.03.2027	**02.04. – 25.06.2027**	**02.07. – 24.09.2027**	**01.10. – 17.12.2027**
10-mal	12-mal	12-mal	11-mal
75,00 € / 95,00 €*	90,00 € / 114,00 €*	90,00 € / 114,00 €*	82,50 € / 104,50 €*
Kursleiterin: Edith · aqua@kneippverein-gelderland.de			

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

"Ist das Wasser für den gesunden Menschen ein vorzügliches Mittel, seine Gesundheit und Kraft zu erhalten, so ist es auch in der Krankheit das erste Heilmittel; es ist das natürlichste, einfachste, wohlfeilste und, wenn recht angewendet, das sicherste Mittel."
Sebastian Kneipp

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter aqua@kneippverein-gelderland.de



PARKBAD GELDERLAND
Friedrich-Spee-Straße 19-21
47608 Geldern
Telefon: 02831 3752

GELDERN
Die LandLebenStadt.

ÖFFNUNGSZEITEN

Tag	Familienbad	Kostenloses Zusatzprogramm	Sauna
Montag			
Dienstag	6.45 — 8.00 14.00 — 21.30		14.00– 21.00 Herren
Mittwoch	6.45 — 8.00 14.00 — 21.30	**19.00 – 19.45** **Kneipp-Wassergymnastik**	14.00– 21.00 Damen
Donnerstag	6.45 — 8.00 14.00 — 16.00 16.00 — 18.00	 Frauenschwimmen Schwimmen in Bahnen	14.00– 21.00 Damen
Freitag	6.45 — 8.00 14.00 — 21.30	**18.00 –18.45** **Kneipp-Wassergymnastik**	14.00– 21.00 Familien
Samstag	6.45 — 8.00 12.00 — 17.00		12.00– 17.00 Familien
Sonntag	10.00– 17.00		10.00– 16.30 Familien

Die Öffnungszeiten in den Ferien und andere Bekanntmachungen finden Sie unter www.parkbad-gelderland.de

Don Bosco Schwimmhalle, Köln-Mindener Bahn 3, 47608 Geldern

Kurs 150	**dienstags 17:15 – 18:00 Uhr**	
Kurs 151	**dienstags 18:00 – 18:45 Uhr**	
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
12.01. – 16.03.2027	**06.04. – 13.07.2027**	**07.09. – 14.12.2027**
9-mal	13-mal	12-mal
63,00 € / 81,00 €*	91,00 € / 117,00 €*	84,00 € / 108,00 €*
Kursleiterin: Fatimeh · aqua@kneippverein-gelderland.de		

Kurs 160	**mittwochs 18:00 – 18:45 Uhr**	
Kurs 161	**mittwochs 18:45 – 19:30 Uhr**	
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
13.01. – 17.03.2027	**07.04. – 14.07.2027**	**01.09. – 15.12.2027**
9-mal	14-mal	13-mal
63,00 € / 81,00 €*	98,00 € / 126,00 €*	91,00 € / 117,00 €*
Kursleiterin: Bianca · aqua@kneippverein-gelderland.de		

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Die andere Buchhandlung
seit mehr als 30 Jahren



Besuchen Sie unsere Website:
www.buecherkoffer.de

Ludger Derrix
Issumer Straße 63, 47608 Geldern
Telefon 02831/980504

stöbern, suchen und bestellen

Bücher, Vinyl, Spiele
versandkostenfrei ab 25 €

Körperliche Leistungsfähigkeit, Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer sollen in diesen Kursen verbessert werden. Kräftigungsübungen dienen dem Aufbau der wirbelsäulenunterstützenden Muskulatur, Koordinationsübungen der Verbesserung des Zusammenspiels der Sinne, Nerven und Muskeln innerhalb eines Bewegungsablaufs.

Sie lernen gezielte Kräftigungs- und Dehnübungen kennen, die helfen, Rückenschmerzen vorzubeugen, Schulter- und Nackenverspannungen abzubauen und Gelenke beweglich zu halten. Geleitet durch eine qualifizierte Übungsleitung wird gemeinsam in der Gruppe die Verantwortlichkeit für die eigene Gesundheit gestärkt und die Motivation zum langfristigen Training gefördert.

Kurs 215 Rücken-Fitness		
Alte Schmiede Weeze, Wasserstr. 7, 47652 Weeze		
montags 10:00 – 11:00 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
11.01. – 08.03.2027	**05.04. – 05.07.2027**	**06.09. – 13.12.2027**
8-mal	13-mal	13-mal
40,00 € / 56,00 €*	65,00 € / 91,00 €*	65,00 € / 91,00 €*
Kursleiter: Mäus Janßen · Tel. 0178 8472728		

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Um gesund zu bleiben, muss sich der Mensch bewegen, schwitzen und soll das Wasser in seiner mildesten Form gebrauchen. *Sebastian Kneipp*

Kurs 201 Rücken-Fitness	
Turnhalle „Am Bollwerk“, Am Bollwerk 42, 47608 Geldern	
Dies ist ein Präventionskurs nach § 20 SGB V, der von Ihrer Krankenkasse bei regelmäßiger Teilnahme zum größten Teil erstattet wird.	
montags 17:30 – 19:00 Uhr	
Block 1	**Block 2**
11.01. – 10.05.2027	**05.07. – 20.12.2027**
12-mal	12-mal
84,00 € / 108,00 €*	84,00 € / 108,00 €*
Kursleiter: Michael Knops · Tel. 0152 24385936	

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter kneipp@kneippverein-gelderland.de

Kurs 223 Rücken-Fitness Männer		
Grundschule, Et Everdonk 1, 47627 Kevelaer-Kervenheim		
Dies ist ein Präventionskurs nach § 20 SGB V, der von Ihrer Krankenkasse bei regelmäßiger Teilnahme zum größten Teil erstattet wird.		
montags 19:00 – 20:00 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
11.01. – 15.03.2027	**05.04. – 12.07.2027**	**06.09. – 06.12.2027**
8-mal	10-mal	11-mal
40,00 € / 56,00 €*	50,00 € / 70,00 €*	55,00 € / 77,00 €*
Kursleiterin: Maria Hendricks · Tel. 02832 80153		

Rücken-Fitness Frauen		
Öffentliche Begegnungsstätte Winnekendonk, Marktstr. 16, 47626 Kevelaer-Winnekendonk		
Dies ist ein Präventionskurs nach § 20 SGB V, der von Ihrer Krankenkasse bei regelmäßiger Teilnahme zum größten Teil erstattet wird.		
Kurs 202 mittwochs 08:30 – 10:00 Uhr		
Kurs 203 mittwochs 10:00 – 11:30 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
13.01. – 17.03.2027	**07.04. – 23.06.2027**	**01.09. – 01.12.2027**
8-mal	11-mal	11-mal
63,00 € / 81,00 €*	77,00 € / 99,00 €*	77,00 € / 99,00 €*
Kursleiterin: Maria Hendricks · Tel. 02832 80153		

Kurs 210 Rücken-Fitness		
Alte Schule Lüllingen, Rochusweg 8, 47608 Geldern		
Dies ist ein Präventionskurs nach § 20 SGB V, der von Ihrer Krankenkasse bei regelmäßiger Teilnahme zum größten Teil erstattet wird.		
mittwochs 18:50 – 19:50 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
13.01. – 21.04.2027	**28.04. – 22.09.2027**	**29.09. – 22.12.2027**
12-mal	12-mal	12-mal
60,00 € / 84,00 €*	60,00 € / 84,00 €*	60,00 € / 84,00 €*
Kursleiter: Michael Knops · Tel. 0152 24385936		

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Kurs 221 Rücken-Fitness	
Bürgerhaus Sevelen, Dorfstraße 55, 47661 Issum	
Dies ist ein Präventionskurs nach § 20 SGB V, der von Ihrer Krankenkasse bei regelmäßiger Teilnahme zum größten Teil erstattet wird.	
donnerstags 15:00 – 16:30 Uhr	
Block 1	**Block 2**
14.01. – 20.05.2027	**08.07. – 16.12.2027**
12-mal	12-mal
84,00 € / 108,00 €*	84,00 € / 108,00 €*
Kursleiter: Michael Knops · Tel. 0152 24385936	

Kurs 332 Gymnastik	
Sporthalle Issum, Vogt-von-Belle-Platz 12, 47661 Issum	
Dies ist ein Präventionskurs nach § 20 SGB V, der von Ihrer Krankenkasse bei regelmäßiger Teilnahme zum größten Teil erstattet wird.	
donnerstags 17:00 – 18:30 Uhr	
Block 1	**Block 2**
14.01. – 20.05.2027	**08.07. – 16.12.2027**
12-mal	12-mal
84,00 € / 108,00 €*	84,00 € / 108,00 €*
Kursleiter: Michael Knops · Tel. 0152 24385936	

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder



- Energieberatung
- Wärmepumpen
- Photovoltaik/Stromspeicher
- Klima- und Kälteanlagen
- thermische Solaranlagen
- Gas- und Öltechnik
- Holzbefeuerung
- Badsanierung

Andreas Böhm
energie natürlich nutzen
Meisterbetrieb

www.boehm-energie.de | 47608 Geldern | Gräfenthalstr. 40 | Tel. 0 28 31 - 13 38 13

Ein Garten voller Freude – Der Kneipp-Erlebnisgarten in Wetten

- Krümelige Erde durch die Finger rieseln lassen
- Dem Summen der Hummeln lauschen
- Den nassen Boden nach dem Regen riechen
- Das Lichtspiel der Sonnenstrahlen in den Blättern der Bäume beobachten
- Die ersten grünen Keime entdecken, die sich nach der Saat ins Licht strecken
- Den Geschmack der ersten Tomaten genießen
- Den Wind spüren, der zwischen den Hecken entlangstreicht



Klingt wie aus der Zeit gefallen? Ganz im Gegenteil: das ist seit vier Jahren Realität im Kneipp-Erlebnisgarten in Wetten am Green College in Wetten, Vellarsweg 2, 47625 Kevelaer. Dort wird unter der fachkundigen Anleitung von Bauernhoferlebnispädagogin Stefanie van Look und der Kneipp-Mentorin Julia Schoenen-Evens (beide sind auch Kneipp-Kräuterpraktikerinnen) im Jahresrhythmus gesät, gepflanzt und geerntet. In Workshops sowohl für Erwachsene als auch für Kinder werden Pflanztechniken zum wassersparenden und natürlichen Anbau von Gemüse vermittelt. Neben dem Gemüseacker sind inzwischen, auch dank der Fördermittel von der LEADER-Region Leistende Landschaft e.V. ein Gewächshaus, ein Gerätehaus, Sitzbänke und Tisch sowie eine Kräuterspirale errichtet worden. Zum Teil konnten vorhandene Strukturen im Garten am Green College genutzt und darauf aufgebaut werden.
Viele kommen immer wieder, denn der Austausch untereinander ist ebenso wichtig, wie die Inhalte der Workshops. Neben der eigentlichen Gartenarbeit vermitteln die Organisatorinnen auch viel Wissen zu Kräutern und Heilpflanzen, ihre Verarbeitung und Anwendung. Eine feste Gruppe organisiert die anstehenden Arbeiten zwischen den Veranstaltungen und das Gießen, wenn die Hitze überhandnimmt.



Und alle, ob Kinder oder Erwachsene, erleben immer wieder ein Gartenwunder: Sie kommen ins Hier und Jetzt, sie sehen, hören, riechen, fühlen, schmecken. Es sind Genussmomente für Sinne und Geist, die in unserer digitalen Welt kostbar geworden sind.

In Kooperation mit Kevelaerer landmomente – Die Hofmanufaktur mit Geschmack

In dieser Workshopreihe werden Techniken für das Anlegen von Gemüsebeeten, von der Beet-Einrichtung über die Anzucht bis zum Ernten vermittelt und praktisch im Kneipp-Erlebnis-Garten Wetten, Vellarsweg 2, 47625 Kevelaer umgesetzt.

Mit diesem Workshoppaket sicherst du dir eine ganzjährige, vielfältige Ernte – auch ganz ohne grünen Daumen oder jahrelanger Gartenerfahrung.

Kurs 400 Workshop-Reihe Kneipp-Erlebnis-Gärtnern								
Kneipp-Erlebnisgarten am Green College in Wetten, Vellarsweg 2, 47625 Kevelaer								
mittwochs 16:00 – 18:00 Uhr (Termine sind einzeln buchbar) **am 17.02.2027: 15:30 – 18:00 Uhr und am 03.11.2027: 15:30 – 17:30 Uhr.**								
17.02.	**10.03.**	**17.03.**	**07.04.**	**21.04.**	**16.06.**	**08.09.**	**15.09.**	**03.11.**
120,00 € / 180,00 €* gesamte Workshopreihe inkl. Erntedankfest am **15.09.2027** (Einzeltermine 20,00 € / 30,00 €)								
Kneipp-Kräuterpraktikerinnen Stefanie van Look und Julia Schoenen-Evens								

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

In dieser ernte- und erlebnisreichen Gartenzeit geht es auch darum, größere Dinge zu verstehen, die mit uns und der Welt zu tun haben.

In der Reihenfolge der Workshops geht es um

1. Die Einführung in die Jungpflanzenanzucht mit und ohne Gewächshaus.
2. Einführung zur Anlage eines Gemüsebeetes, Geräte und Pflanztechniken kennenlernen, Beete und Wege einrichten, Pflanzvorbereitung.
3. Erste Pflanzung im Gewächshaus und Ackerpflege
4. Beete und Wege einrichten
5. Durchführung der ersten Pflanzung im Freiland, Pflanztechniken, Gartenbauliche Grundtätigkeiten der Pflege. Hacken, jäten, Kartoffeln anhäufeln, Mulchen
6. Durchführung der zweiten Pflanzung im Freiland, Pflanztechniken, Gartenbauliche Tätigkeiten zur Pflege und Ernte: Wässern, Tomaten ausgeizen, Erntetechniken Hacken, Jäten, Kartoffeln anhäufeln.
7. Durchführung der Nachsaat, Ernte, Sätechniken, Gartenbauliche Grundtätigkeiten der Pflege, Hacken, Jäten, Kartoffeln anhäufeln
8. Erntedank im Kneipp Erlebnisgarten. Ernte, gemeinsames Essen
9. Den Garten winterfest machen.

Gerne können sich auch Einrichtungen, Firmen, Nachbarschaften, Gruppierungen, die gemeinsam an den genannten oder individuellen Terminen gärtnern wollen melden, ebenso Personal von Kitas und Schulen, die das Gärtnern mit Kindern erlernen möchten.

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter kneipp@kneippverein-gelderland.de

Kneipp-Erlebnis-Gärtnern ...auch für Kinder

Dieser Intensivkurs für kleine Entdecker*innen geht an vier spannenden Terminen weit über das bloße Gärtnern hinaus.

Gemeinsam säen, pflegen, ernten und probieren wir nicht nur leckeres Gemüse, Früchte und bunte Blumen – wir entdecken die Welt!

Kurs 420 Blick über den Gartenrand für junge Forscher ab 6 Jahre			
Kneipp-Erlebnisgarten am Green College in Wetten, Vellarsweg 2, 47625 Kevelaer			
4-mal mittwochs 16:00 - 18:00 Uhr (Termine sind einzeln buchbar)			
21.04.2027	**16.06.2027**	**08.09.2027**	**15.09.2027**
0,00 € / 10,00 €* pro Termin			
Kneipp-Kräuterpraktikerin und Bauernhoferlebnispädagogin Stefanie van Look · www.landmomente-kevelaer.de · Tel. 02832 9799630			

* Preise für Kinder aus Kneipp-Familienmitgliedschaften / Nichtmitglieder







Draußen sein, die Natur mit allen Sinnen erleben, kleine Experimente ausprobieren und große Zusammenhänge verstehen mit gemeinsamem Erntedankfest zum Abschluss.

Für Kinder, die neugierig sind, spielen, forschen und die Welt mit eigenen Augen entdecken wollen.

Interessierte Eltern können sich über den parallel stattfindenden Kurs 400 anmelden

WALD – Wir alle leben davon

Wald Clean up Day – Gemeinsam befreien wir den Wald von Müll und entdecken die jahreszeitliche Pflanzenvielfalt am Wegesrand.



Kurs 450 Wald-clean-up-day	
für Kinder und Jugendliche aller Altersklassen, Erwachsene und auch Familien	
Parkplatz an der ehemaligen Jugendherberge Kevelaer, Michelsweg, 47623 Kevelaer	
dienstags 16:00 – 17:30 Uhr	
06.04.2027	**07.09.2027**
Keine Kosten. Anmeldung unter: www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung	
Naturpädagogin und Kneipp-Mentorin Katja Plenzdorf-Weber	

Sebastian Kneipp als Landwirt

LANDWIRT SCHAF(F)T ERLEBEN - natürlich SPIELEN und LERNEN

Wir bieten gemeinsam mit Stefanie van Look vom Kevelaerer Landmomente Team eine kostenreduzierte Workshopreihe (2,5 – 3 Std.), bei der Themen aus der Natur, der Landwirtschaft und von Sebastian Kneipp erlebbar gemacht werden.

Zielgruppe:
Kinder, Familien, Kitas, OGS, Schulklassen, Altenheime, Vereine, Nachbarschaften, Ausflügler.

• Vom Schaf zum Pullover, • Rund um die tolle Knolle, • Vom Korn zum Brötchen/Pfannekuchen, • Vom Kälbchen zum Quark/zur Butter, • Minigärten anlegen, • Kreatives Walderlebnis, • Vielfalt auf dem Bauernhof – Entdecken, Erleben, Handeln.

Termine:

- Kräutersalbenwerkstatt für Kinder u. Jugendliche — Do., 03.06.2027, 15:30 – 18:30 Uhr
  Kneipp-Erlebnisgarten Green College Wetten
- Kräutersalbenwerkstatt für Erwachsene — Fr., 04.06.2027, 18:00 – 21:00 Uhr
  Kneipp-Erlebnisgarten Green College Wetten
- Feuerkochkunst für (Groß-) Eltern Kindpaare — Mi., 22.09.2027, 15:30 – 18:30 Uhr
  Büchelshof Winnekendonk
- Kerzenwerkstatt — Mi., 24.11.2027, 15:00 – 17:30 Uhr
  Büchelshof Winnekendonk

Teilnehmende Kinder aus Kneipp-Familienmitgliedschaften erhalten eine Vergünstigung von 5,00 Euro · Anmeldungen unter www.landmomente-kevelaer.de

In Kooperation mit NATUR GESTALTEN – Pädagogische Kreativitätsförderung

Gemeinsam entdecken wir die spannende Welt des Waldes. Mit allen Sinnen erkunden wir die Natur und sammeln Schätze, beobachten kleine Waldbewohner und erleben spielerisch was die Natur zu bieten hat. Dabei stehen die Freude an der Bewegung, das gemeinsame Entdecken und die Zeit miteinander im Mittelpunkt. Ein unvergessliches Naturerlebnis für Groß und Klein!

Kurs 430 Eltern-Kind(er) Walderlebnistag für Kinder zwischen 2 bis 5 Jahren
Parkplatz an der ehemaligen Jugendherberge Kevelaer, Michelsweg, 47623 Kevelaer
Dienstag, 15.06.2027, 15:30 – 17:00 Uhr (weitere Termine auf Anfrage)
0,00 € / 20,00 €* pro Elternteil mit Kind
Naturpädagogin und Kneipp-Mentorin Katja Plenzdorf-Weber

* Preise für Kinder aus Kneipp-Familienmitgliedschaften / Nichtmitglieder

„Lange Jahre habe ich sondiert und geprüft, getrocknet und geschnitten, gesotten und gekostet; kein Kräutlein, kein Pulver, das ich nicht selbst versucht habe, habe ich als bewährt gefunden." *Sebastian Kneipp*

Bei einem zweistündigen Spaziergang durch den Herbstwald erkunden wir die Schätze der Natur, lernen Spannendes über Pflanzen und Pilze und genießen die besondere Atmosphäre des Waldes im Wandel der Jahreszeit. Eine inspirierende Auszeit vom Alltag, die zum Entdecken und Durchatmen einlädt.

Kurs 470 Naturführung im Herbstwald mit bunter Vielfalt für Erwachsene und Familien
Treffpunkt wird bekanntgegeben
Freitag, 15.10.2027, 15:30 – 17:30 Uhr
0,00 € / 20,00 €* pro Elternteil mit Kind / 30,00 € ganze Familie
Naturpädagogin Katja Plenzdorf-Weber und Pilzcoach Sandra Melchers

* Preise für Kinder aus Kneipp-Familienmitgliedschaften / Nichtmitglieder

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter kneippkinder@kneippverein-gelderland.de

Das Kräuterjahr für Kneipp-Kinder
Kräuterhelden & Naturforscher – Das ganze Jahr aktiv im Kneipp-Verein
Entdecken, Gestalten, Freispiel und Natur erleben für Kinder von 6 bis 12 Jahren
Raus in die Natur, rein ins Abenteuer! In der jahreszeitlichen Kräuter- und Wildniswerkstatt erleben wir die Natur mit allen Sinnen. Gemeinsam gehen wir auf Entdeckungsreise und erforschen, was die Natur in der jeweiligen Jahreszeit für uns bereithält.

Die faszinierende Welt der Wildkräuter und Heilpflanzen steht bei uns im Mittelpunkt. Je nach Saison lernen wir die grünen Schätze kennen, bestimmen sie und verarbeiten sie auf ganz unterschiedliche Weise: Wir zaubern aus ihnen leckere Wildkräuter-Schmankerl wie Dips oder Salate zum gemeinsamen Genießen, stellen pflegende Salben her, experimentieren mit Naturfarben oder legen ein eigenes Herbarium an.

Neben dem Kräuterwissen kommt das Abenteuer im Wald und auf der Wiese nicht zu kurz. Wir lassen unserer Kreativität im Freispiel freien Lauf, bauen Laubhütten aus Naturmaterialien oder lassen den Tag im Winter gemütlich bei einem wärmenden Feuer mit Stockbrot und Punsch ausklingen. Nach den ganzheitlichen Ideen von Sebastian Kneipp erleben wir die Natur als großen Spiel- und Entdeckungsraum.

Wetterfeste Kleidung und feste Schuhe sind wichtig – wir sind bei fast jedem Wetter draußen auf Entdeckungstour!

Kurs 460 Kräuterjahr für Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren			
Kneipp-Erlebnisgarten am Green College in Wetten, Vellarsweg 2, 47625 Kevelaer			
4-mal freitags 16:00 - 18:00 Uhr (Termine sind einzeln buchbar)			
23.04.2027	**02.07.2027**	**01.10.2027**	**10.12.2027**
0,00 € / 15,00 €* pro Kind und Termin			
Kräuterfachfrau, Wildnispädagogin und Kneipp-Kräuterpraktikerin Kerstin Gerads, Kneipp-Kräuterpraktikerin und Kneipp-Mentorin Julia Schoenen-Evens sowie Pilzcoach Sandra Melchers			

* Preise für Kinder aus Kneipp-Familienmitgliedschaften / Nichtmitglieder

Die Natur beschenkt uns reich. Dankbarkeit und ein achtsamer Umgang mit den Pflanzen stehen im Mittelpunkt unserer Angebote.

Termine können wegen Unwetter abgesagt oder verschoben werden. Allergien der Kinder sollen bedacht oder bekanntgegeben werden.

Besuchen Sie uns auch auf Instagram oder im Internet auf www.kneippverein-gelderland.de/kneipp-kinder.

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter kneippkinder@kneippverein-gelderland.de

Batiken mit Naturfarben, Waschen wie früher & sommerliche Schatzsuche
In diesem kreativen Workshop entdecken die Kinder, wie sich mit einfachen Dingen aus der Natur wunderschöne Farben und fantasievolle Batikmuster zaubern lassen.

Spielerisch erleben sie, dass man zum Färben von Textilien nicht unbedingt künstliche Farben braucht, sondern die Natur selbst viele bunte Möglichkeiten bereithält.

Und ganz nebenbei geht es auf eine kleine Zeitreise. Die selbst gebatikten Textilstücke werden mit Waschzuber, Wäschestampfer und Waschbrett auf traditionelle Weise gewaschen.

Anschließend geht es bei einer sommerlichen Schatzsuche auf Entdeckungstour durch die Natur.

Ein abwechslungsreicher Workshop voller Kreativität, Naturerlebnisse, spannender Einblicke in vergangene Zeiten und ganz viel Entdeckerfreude!

Kurs 465 Batiken mit Naturfarben, Waschen wie früher und sommerliche Schatzsuche Für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren
Kneipp-Erlebnisgarten am Green College in Wetten, Vellarsweg 2, 47625 Kevelaer
Dienstag, 06.07.2027, 16:00 – 18:00 Uhr
0,00 € / 20,00 €* pro Kind
Kneipp-Kräuterpraktikerin und Kneipp-Mentorin Julia Schoenen-Evens und Pilzcoach Sandra Melchers

* Preise für Kinder aus Kneipp-Familienmitgliedschaften / Nichtmitglieder

Halloween-Abenteuer im Gruselwald
Kürbiszauber, Waldgeister & eine magische Schatzsuche
Wenn die Tage kürzer werden und geheimnisvolle Lichter im Herbstwald leuchten, beginnt ein ganz besonderes Halloween-Abenteuer!

Zunächst gestalten die Kinder ihre eigenen magischen Kürbislichter, die sie anschließend auf ihrer Wanderung durch den Dämmerwald begleiten. Gemeinsam begeben sich die kleinen Abenteurer auf eine geheimnisvolle Spurensuche. Zwischen raschelndem Herbstlaub, kleinen Waldgeistern und versteckten Hinweisen warten knifflige Rätsel, spannende Aufgaben und zauberhafte Überraschungen. Ein fantasievolles Halloween-Erlebnis voller Kreativität, Naturabenteuer und Teamgeist – mit einer Prise Gänsehaut und ganz viel Spaß!

Kurs 475 Halloween-Abenteuer für Kinder von 6 bis 10 Jahren
Kneipp-Erlebnisgarten am Green College in Wetten, Vellarsweg 2, 47625 Kevelaer
Dienstag, 19.10.2027, 15:30 – 17:30 Uhr
0,00 € / 20,00 €* pro Kind
Kneipp-Mentorinnen Julia Schoenen-Evens und Katja Plenzdorf-Weber

* Preise für Kinder aus Kneipp-Familienmitgliedschaften / Nichtmitglieder

Kinder erleben Kneipp-Gesundheit im Waldorfkindergarten

Kneipp-Gesundheitskonzept vereint mit Waldorf-Pädagogik im Wildgarten
Die Waldorf-Kita an der Kurt-Schumacher-Straße 12 besteht inzwischen seit fast 40 Jahren. Seit 2018 erleben die Kinder insbesondere im naturnahen Wildgarten auch die fünf Elemente nach Sebastian Kneipp: Heilkraft des Wassers, Ernährung, Bewegung, Extrakte aus Kräutern, Lebensrhythmus/Lebensordnung. Von Beginn an wurde der Kindergarten daher zusätzlich vom Kneipp-Bund zertifiziert.

Im Alltag heißt das etwa Wassertreten, Barfußpfad, tägliches Draußensein, ein eigenes Blumen- und Kräuterbeet sowie der Tages-Rhythmus mit festen Ruhezeiten. Das Angebot ausgewogener, ausschließlich vegetarischer Ernährung, wird täglich frisch in eigener Küche zubereitet. Dazu gehört möglichst das gemeinsame Zubereiten mit Zutaten aus der Region und dem eigenen Gemüsebeet.

Die beiden Erziehungskonzepte Kneipp und Waldorf stehen in keinerlei Konkurrenz zueinander, ergänzen sich vielmehr im kindgerechten Alltag vorbildlich. Neu war lediglich der gezieltere Umgang mit Wasser als zentrales Kneipp-Element. Mit jedem weiteren Hitzesommer gewinnen die kühlenden Armbäder oder das Wassertreten rund um den Barfußpfad zunehmend an Bedeutung. Der schattige alte Baumbestand und die zahlreichen Sonnensegel werden dann immer beliebtere Treffpunkte rund um eine der zahlreichen Zinkwannen.

Das fünfte Element Lebensrhythmus wurde im Waldorfkindergarten von Beginn an gelebt. Es meint das Gleichgewicht von Anspannung und Ruhe - Kinder lernen, zur Ruhe zu kommen, ohne dass elektronische Medien diese Rolle übernehmen.

Kontaktaufnahme unter info@waldorfkindergarten-geldern.de



Die Waldorf-Kita in Geldern steht beispielhaft für die Möglichkeit von Institutionen, sich mit dem Kneipp-Siegel zertifizieren zu lassen. Ein breit angelegtes Ausbildungsprogramm an der Sebastian-Kneipp-Akademie in Bad Wörishofen und in den Landesverbänden steht allen Interessierten offen. Ob Kita, Schule, Seniorenheim oder auch Einrichtungen in privater Trägerschaft wie etwa Sauna-Anlagen können dort ihre Mitarbeitenden schulen lassen.

Dieses Wissen lässt sich sowohl für Klienten, Rehabilitanden oder Kinder als auch für den Mitarbeiterkreis nutzen. Im Sinne von Gesundheitsbildung ist es ein wichtiger Pfeiler der Prävention von physischen wie psychischen Erkrankungen und damit ein echter Benefit sowohl für den Einzelnen als auch für die Gesellschaft.

Interesse? Kontaktieren Sie uns gerne unter www.kneippverein-gelderland.de

Bewegungs- und Haltungsaufbau – ein Gesundheitssportangebot für Erwachsene
Pilates ist eine sanfte, aber überaus wirkungsvolle Trainingsmethode für den Körper und auch den Geist – ein systematisches Körpertraining, erfunden und entwickelt von Joseph H. Pilates.
Sie lernen einzelne Muskeln oder Muskelpartien ganz gezielt zu aktivieren, zu entspannen oder zu dehnen. Die Atmung wird mit den Bewegungen koordiniert. Wer Pilates trainiert, ändert bald seine Bewegungs- und Haltungsgewohnheiten und nimmt so das Training mit in den Alltag. Auch können viele der Pilates-Übungen wirkungsvoll während der üblichen Tagesaktivitäten oder anderer Sportarten genutzt werden.
Pilates dient als Beitrag zur sozialen und psychischen Stabilisierung sowie zur Teilhabe am Leben in der Gesellschaft. Geleitet durch eine qualifizierte Übungsleitung wird gemeinsam in der Gruppe die Verantwortlichkeit für die eigene Gesundheit gestärkt und die Motivation zum langfristigen Entspannungstraining gezielt gefördert.

Pilates		
Gymnastikhalle Lise-Meitner-Gymnasium, Friedrich-Nettesheim-Weg 6-8 , 47608 Geldern		
Kurs 510 montags 16:45 – 17:45 Uhr		
Kurs 520 montags 17:50 – 18:50 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
11.01. – 15.03.2027	**05.04. – 05.07.2027**	**06.09. – 13.12.2027**
8-mal	13-mal	11-mal
40,00 € / 56,00 €*	65,00 € / 91,00 €*	55,00 € / 77,00 €*
Kursleiterin: Fatemeh Mirzaee · Tel. 0176 30124886		

Pilates		
Bürgerhaus Sevelen, Dorfstraße 55, 47661 Issum		
Kurs 540 montags 16:30 – 17:30 Uhr		
Kurs 541 montags 17:30 – 18:30 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
11.01. – 26.04.2027	**03.05. – 19.07.2027**	**06.09. – 06.12.2027**
12-mal	10-mal	10-mal
60,00 € / 84,00 €*	50,00 € / 70,00 €*	50,00 € / 70,00 €*
Kursleiterin: Brigitte Aryee · Tel. 02831 89968		

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter kneipp@kneippverein-gelderland.de



Caritasverband
Geldern-Kevelaer

Mehr als ein Pflegedienst
Caritas - Pflege und Hilfe zu Hause

- ambulante Pflege
- kostenlose Pflegeberatung
- Körper- & Krankenpflege
- Hausnotruf
- Essen auf Rädern
- Tagespflege
- Seniorenerholung
- Palliativpflege/Hospizdienst
- Senioren-Wohngemeinschaften
- Senioren-Wohnungen
- Demenz-Angebote
- Alltagsbegleitung

Wir beraten Sie gerne zu allen Themen der Pflege und Altenhilfe:
☎ 02831-1322955

„Hier fühle ich mich wohl!"

Scannen für mehr Informationen

Kurs 501	**Pilates**	
Meditationsraum im Nachbarschaftshaus, Klostergarten 1, 47623 Kevelaer		
dienstags 10:00 – 11:00 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
12.01. – 27.04.2027	**04.05. – 27.07.2027**	**31.08. – 14.12.2027**
12-mal	12-mal	12-mal
60,00 € / 84,00 €*	60,00 € / 84,00 €*	60,00 € / 84,00 €*
Kursleiterin: Brigitte Aryee · Tel. 02831 89968		

Kurs 530	**Pilates**	
Turnhalle Gesamtschule, Anne-Frank-Str. 1–3, 47608 Geldern		
donnerstags 17:30 – 18:30 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
07.01. – 18.03.2027	**08.04. – 08.07.2027**	**02.09. – 16.12.2027**
10-mal	12-mal	12-mal
50,00 € / 70,00 €*	60,00 € / 84,00 €*	60,00 € / 84,00 €*
Kursleiterin: Fatemeh Mirzaee · Tel. 0176 30124886		

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

„Tut früh genug etwas für eure Gesundheit, damit größere Übel sich nicht so leicht einstellen."
Sebastian Kneipp

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter kneipp@kneippverein-gelderland.de

RUTENGÄNGER-NIEDERRHEIN

Peter Wergen
47638 Straelen
02834-4437587

Web

Instagram

Die Natur beeinflusst Ihren Lebensraum
Wachen Sie morgens unausgeschlafen auf? Planen Sie einen Brunnen, sind aber unsicher wo?

Unsichtbare Erdstrahlen und Störfelder können unseren Körper beeinflussen. Als erfahrener Rutengänger bringe ich Klarheit in Ihr Umfeld

- Wohnraumanalyse: Untersuchung von Wohn-, Schlaf- und Arbeitsplätzen auf Störfelder
- Vor dem Hausbau: Grundstücksbegehung auf Erdstrahlung für Vorsorge und Sicherheit
- Für den Garten: Exakte Lokalisierung von Wasseradern für Ihre Brunnenbohrung

Ausbildung gesucht? Ich gebe mein Wissen weiter.
Werden Sie selbst Rutengeher!



Gerade in der heutigen Zeit ist es wohltuend, erholsame Pausen im Alltag einzulegen: Unabhängig vom Alter ziehen Klangschalen viele Menschen augenblicklich in ihren Bann. Fasziniert lauschen sie den harmonischen Klängen und lassen sich von ihnen in die Stille und innere Balance führen. Kreisende Gedanken kommen zur Ruhe. Die Körperwahrnehmung wird gefördert. Entspannung breitet sich aus. Ein Gefühl von Gelassenheit und Zufriedenheit entsteht.

Sie sind eingeladen, sich etwas Gutes zu tun, zu entspannen und Wohlbefinden zu erleben. Mitzubringen sind Matte, Decke, warme Socken und Kissen.

Entspannung mit Klängen		
Kindergarten "Am Rodenbusch", Am Rodenbusch 19, 47608 Geldern		
Kurs 602 montags 16:45 – 17:45 Uhr		
Kurs 603 montags 18:00 – 19:00 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
25.01. – 08.03.2027	**05.04. – 10.05.2027**	**06.09. – 11.10.2027**
6-mal	6-mal	6-mal
30,00 € / 42,00 €*	30,00 € / 42,00 €*	30,00 € / 42,00 €*
Kursleiterin: Thekla Rütten · Tel. 02831 80108		

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Vom 08.11. bis 13.12.2027 ist die Entspannung mit Klängen 6-mal, 18 - 19 Uhr online vorgesehen. Auch hierzu ist eine Anmeldung unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung erforderlich.

Durch äußere Klänge zum inneren Ein-Klang. Die Klänge der Klangschalen tragen zum ganzheitlichen Wohlbefinden bei. Es gibt nichts zu tun: Einfach ausruhen, genießen, hören, lauschen, wahrnehmen. Das Angebot „Mit Klängen auf Reisen gehen" ermöglicht es, eine entspannte Auszeit vom Alltag zu nehmen und Körper und Geist etwas Gutes zu tun.

Kurs 610 „Mit Klängen auf Reise gehen"			
Alte Schule Lüllingen, Rochusweg 8, 47608 Geldern			
4-mal samstags 14:30 – 15:30 Uhr (Die Termine sind einzeln buchbar)			
13.03.2027	**12.06.2027**	**18.09.2027**	**11.12.2027**
10,00 € / 20,00 €* pro Termin			
Kursleiterin: Thekla Rütten · Tel. 02831 80108			

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter kneipp@kneippverein-gelderland.de

SPAREN SIE ZEIT UND DOPPELTE WEGE:
BEI UNS ONLINE ARZNEIMITTEL BESTELLEN UND REZEPTE EINLÖSEN.



EINFACH QR CODE SCANNEN UND APP LADEN

PERFEKT FÜR IHR E-REZEPT

IhreApotheken.de
Für Sie nah. Überall.

cuypers apotheken
Inhaber: Matthias u. Chris Cuypers

BARBARA APOTHEKE
Annastraße 1 · 47608 Geldern
0 28 31 - 8 72 77

CUYPERS APOTHEKE AM KAPUZINER TOR
Ostwall 18 · 47608 Geldern
0 28 31 - 92 83 050

DORF APOTHEKE WALBECK
Kevelaerer Straße 2 · 47608 Geldern-Walbeck
0 28 31 - 9 76 61 88

GELDERLAND APOTHEKE
Clemensstraße 4 · 47608 Geldern
0 28 31 - 9 76 02 55

DORF APOTHEKE KAPELLEN
Lange Straße 3 · 47608 Geldern-Kapellen
0 28 31 - 1 34 02 88

CUYPERS APOTHEKE ANTWERPENER PLATZ
Antwerpener Platz 1 · 47623 Kevelaer
0 28 32 - 9 89 39 00

www.cuypers-apotheken.de

Bestattungen
Georg Raeth

Antoniusstraße 14
47608 Geldern
Tel.: 0 28 31 / 22 97
georgraeth@t-online.de
www.bestattungenraeth.de
Büro: Ponter Dorfstraße 32



Wir beraten Sie gerne ausführlich und unverbindlich in allen Fragen der **Bestattungsvorsorge** und sind auch im **Trauerfall** immer für Sie erreichbar.

Heilsames Singen

Frei von Leistungsanspruch und Perfektion werden einfache, klangvolle und wohltuende Lieder sowie Mantras und Kraftlieder aus verschiedenen Kulturen und Traditionen gesungen. Häufiges Vor- und Nachsingen hilft dabei, die Lieder mühelos zu erlernen, mitzusingen und sich dabei zu entspannen. Die Gemeinschaftserfahrung und die Freude am Gesang stehen an diesen Abenden im Vordergrund, es geht um Lebensfreude, Verbundenheit und Begegnung.

Kurs 615	**Heilsames Singen** (Mindestteilnehmerzahl 10 Personen)							
Alte Schule Lüllingen, Rochusweg 8, 47608 Geldern								
dienstags 18:00 – 19:30 Uhr (Termine einzeln buchbar)								
12.01.	**26.01.**	**16.02.**	**02.03.**	**16.03.**	**06.04.**	**20.04.**	**04.05.**	**01.06.**
06.07.	**07.09.**	**21.09.**	**05.10.**	**19.10.**	**02.11.**	**16.11.**	**30.11.**	**14.12.**
5,00 € / 10,00 €*								
Kursleiterin: Petra Rippke, zertifizierte Singleiterin · www.singenundmehr.de								

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Anmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung

„Kaum ein Vogel singt am Abend; was singen kann, beginnt am Morgen seinen Gesang. Wenn nun das Licht eine solche Macht auf die anderen erschaffenen Wesen ausübt, warum sollte es nicht auch besondere Einwirkung auf den menschlichen Körper und Geist haben?“ *Sebastian Kneipp*

Waldfreibad Walbeck
Hier sprudeln Möglichkeiten!

SPORT IM PARK

Kostenfreies Kneipp-Outdoor-Training im Sommer

Wir planen auch für 2027 in den Sommermonaten ein kostenfreies Outdoor-Training am Kneipp-Park am Gesundheitszentrum Geldern, Clemensstraße. Dank der Unterstützung der AOK Gesundheitskasse, dem Landessportbund NRW, dem Kreissportbund Kleve und in Kooperation mit dem Waldfreibad Walbeck ist das Programm Sommeredition **„Sport im Park“** die Alternative, sich im Sommer draußen fit zu halten.

Hier gibt es an mehreren Tagen um 18:00 Uhr für eine Stunde die Möglichkeit, sich zu bewegen:

- Rückenfitness beugt durch gezielte Kräftigungs- und Dehnübungen Rückenschmerzen vor.
- Pilates ist eine sanfte aber überaus wirkungsvolle Trainingsmethode für den Körper und auch den Geist.

Zusätzlich wird donnerstags um 9:00 Uhr im Waldfreibad Walbeck Aquafitness für alle angeboten.



Yoga bedeutet Einheit und bewirkt in der Praxis die Harmonisierung von Körper, Geist und Seele. Es steht für mehr Lebensqualität, Ausgeglichenheit und Energie. Yoga bietet viele Instrumente wie Körperübungen, Atemübungen, Tiefenentspannung und Meditation und gilt als eines der besten Mittel der Stressbewältigung.

Verspannungen lösen sich, wodurch stressbedingte Rücken-, Nacken- und Kopfschmerzen gelindert werden oder gar nicht erst entstehen. Grundsätzlich hat Yoga nachweislich einige positiv bewertete Effekte sowohl auf die physische als auch auf die psychische Gesundheit.

Meditationsraum im Nachbarschaftshaus, Klostergarten 1, 47623 Kevelaer

Kurs 732 dienstags 08:30 – 10:00 Uhr		
Kurs 733 dienstags 11:00 – 12:30 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
12.01. – 27.04.2027	**04.05. – 27.07.2027**	**31.08. – 14.12.2027**
12-mal	12-mal	12-mal
84,00 € / 108,00 €*	84,00 € / 108,00 €*	84,00 € / 108,00 €*
Kursleiterin: Brigitte Aryee · Tel. 02831 89968		

Yoga		
Kurs 730 mittwochs 09:30 – 11:00 Uhr		
Kurs 731 mittwochs 11:00 – 12:30 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
13.01. – 28.04.2027	**05.05. – 28.07.2027**	**01.09. – 15.12.2027**
12-mal	12-mal	12-mal
84,00 € / 108,00 €*	84,00 € / 108,00 €*	84,00 € / 108,00 €*
Kursleiterin: Brigitte Aryee · Tel. 02831 89968		

Hatha Yoga		
Alte Schule Lüllingen, Rochusweg 8, 47608 Geldern		
Kurs 706 (50+) mittwochs 15:30 – 17:00 Uhr · 50-Plus		
Kurs 707 mittwochs 17:10 – 18:40 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
13.01. – 17.03.2027	**07.04. – 07.07.2027**	**01.09. – 01.12.2027**
9-mal	13-mal	11-mal
63,00 € / 81,00 €*	91,00 € / 117,00 €*	77,00 € / 99,00 €*
Kursleiterin: Mara Baston · Tel. 02833 5729428		

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Online Yoga		
Der Zoom-Link wird nach Anmeldung an Ihre E-Mail-Adresse versendet		
Kurs 760 donnerstags 19:30 – 21:00 Uhr		
Block 1	**Block 2**	**Block 3**
21.01. – 22.04.2027	**13.05. – 29.07.2027**	**02.09. – 02.12.2027**
10-mal	10-mal	10-mal
70,00 € / 90,00 €*	70,00 € / 90,00 €*	70,00 € / 90,00 €*
Kursleiterin: Brigitte Aryee · Tel. 02831 89968 / Technik: 0171 6266437		

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter onlinekurse@kneippverein-gelderland.de



bett-art®

einfach gut schlafen

• Matratzen • Topper • Lattenroste
• Bettgestelle • Boxspringbetten

Am Pannofen 80
47608 Geldern

Tel.: 02831 - 91915-0
www.bett-art.de

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 8 -18 Uhr
Sa. 10-13 Uhr

Praxis für ganzheitliche Therapie, Beratung & Psychotherapie n.d. Heilpraktikergesetz

Dipl. Soz. Kerstin Mocek,
Heilpraktikerin
Klostergarten 5, 47623 Kevelaer

0162 5898089

Hetjens Obsthof

Ihr Hofladen vor Ort! Frisches Obst und Gemüse aus hiesigem Anbau. Säfte, Marmeladen, Eier u. vieles mehr.

Exklusiv in der Saison:

- *Premiumkirschen*
- *Äpfel & Pflaumen*
- *Spargel & Erdbeeren*

An der Mosel 14
47608 Geldern

Tel.: 0151 17980810
Fax: 02831 9103195
ObsthofHetjens@t-online.de







Lachyoga-Spaziergänge

Zum Lachen nicht in den Keller, sondern in den Wald und an den See: Diese einzigartige Aktivität vereint die Freude des Lachens mit der Schönheit der Natur und bietet eine fröhliche und gesundheitsfördernde Art, die Umgebung der Gelderner Heide kennen zu lernen. Auf eine kurze Einführung folgen mehrere Auflockerungsübungen, unterwegs werden Lach-, Atem-, und Dehnungsübungen praktiziert. Ziel ist, Stress abzubauen, die Atmung zu verstärken, die Durchblutung zu fördern und das Gemeinschaftsgefühl zu stärken.
Die Lachyoga-Spaziergänge sind eine wertvolle Gelegenheit, die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden zu fördern, denn es ist egal, ob man durch Witze, komische Situationen oder eben durch Lachyoga ins Lachen kommt, Hauptsache man lacht.

Kurs 780 Lachyoga-Spaziergänge (etwa drei Kilometer)					
Kneipp-Gesundheitsgarten Geldern, Clemensstraße, 47608 Geldern					
samstags 14:00 – 16:00 Uhr · Termine sind einzeln buchbar					
09.01.	**10.04.**	**05.06.**	**10.07.**	**23.10.**	**20.11.**
0,00 € / 10,00 €* je Termin					
Kursleiterin: Christina Polte, Lachyoga-Übungsleiterin · Tel. 01520 6389467					

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

„Lebe recht vernünftig; schätze es hoch, im Sonnenlicht dein Tagwerk vollbringen zu können; verdirb nicht selbst die gute Luft, welche du einatmen kannst, und sei nicht frevelhaft gegen deinen Körper, indem du mehr von ihm verlangst, als er zu leisten vermag, oder mit anderen Worten: Handle nicht unvernünftig gegen dich selbst!“
Sebastian Kneipp

Mobile Massage Praxis

Genießen Sie die Erholung für Körper, Geist und Seele in „Ihren eigenen vier Wänden“ oder kommen Sie zu einer Lachwanderung in Ihrer Nähe, bei der man die Freude des Lachens mit der Schönheit der Natur verbindet.

KONTAKT

01520 6389467
Christina Polte
christina@moma-praxis.de
www.moma-praxis.de







Der Kneipp-Verein Gelderland bietet als großer Gesundheitsverein präventive Bewegungs- und Sportkurse und ist auch als Anbieter für Rehabilitationssport Orthopädie (Muskel- und Gelenkgymnastik) anerkannt.
Jeder niedergelassene Arzt darf Reha-Sport mit dem Formular „Muster 56“ verordnen.
Die Kosten übernehmen die Krankenkassen.
Der Rehabilitationssport belastet nicht das Heilmittelbudget des Arztes.

REHA-Sport Orthopädie Bürgerhaus Sevelen, Dorfstraße 55, 47661 Issum		
Kurs 801	**montags**	**18:35 – 19:35 Uhr**
Kursleiterin: Brigitte Aryee · Tel. 02831 89968		

REHA-Sport Orthopädie Turnhalle an der Realschule, Westwall 10, 47608 Geldern		
Kurs 802	**dienstags**	**17:30 – 18:30 Uhr**
Kurs 803	**dienstags**	**18:30 – 19:30 Uhr**
Kursleiterin: Brigitte Aryee · Tel. 02831 89968		

REHA-Sport Orthopädie Gymnastikhalle Lise-Meitner-Gymnasium, Friedrich-Nettesheim-Weg 6-8, 47608 Geldern		
Kurs 804	**donnerstags**	**17:30 – 18:30 Uhr**
Kursleiterin: Marina Guntermann · Tel. 02831 9767682 oder 0176 81741141		

REHA-Sport Orthopädie Alte Schule Lüllingen, Rochusweg 8, 47608 Geldern		
Kurs 805	**donnerstags**	**11:00 – 11:45 Uhr**
Kurs 806	**donnerstags**	**12:00 – 12:45 Uhr***
* erst bei entsprechend genügend Nachfrage		
Kursleiterin: Silke Schöneich · Tel. 0176 43810684		

Ein individueller Beratungstermin zum Thema REHA-Sport kann unter geschaeftsstelle@kneippverein-gelderland.de oder Telefon 02831 993880 vereinbart werden.

Erkundigen Sie sich bitte in der Kneipp-Geschäftstelle oder bei der Kursleitung, ob und wo die Reha-Kurse in den Schulferien stattfinden.

Der Einstieg in laufende REHA-Kurse ist jederzeit möglich.

Grüne Oase für Seele und Körper – Der Kneipp-Gesundheitsgarten



Obwohl er versteckt hinter einer Wallhecke liegt, erfreut er sich großer Beliebtheit: Der Kneipp-Gesundheitsgarten am Gesundheits-Campus in Geldern zieht zu jeder Jahreszeit die Besucherinnen und Besucher wie auch die zahlreichen Bienen und Hummeln an. Für letztere wurde im Frühjahr ein Sandarium angelegt, welches neben dem schon lange bestehenden Hummelhotel bei den Apfelbäumen nun auch den im Boden brütenden Hummeln und Wildbienen einen natürlichen Lebensraum bietet. Eine weitere Maßnahme war die flächendeckende Bewässerung, die selbst bei Rekordtemperaturen und Regenmangel dafür sorgte, dass der Garten grün blieb.

Begünstigt durch die geschützte Lage sorgt der Garten auch an Hitzetagen für eine natürliche Abkühlung. Die Möglichkeit, sich durch alle Bereiche des Gartens barfuß zu bewegen, wirkt sich auf Geist, Körper und Gemüt ausgleichend und beruhigend aus. Die natürliche Massage der Fußsohlen durch die unterschiedlichen Untergründe sowie die Kühle des Erdbodens verschaffen dem Besucher Entspannung und Erfrischung zugleich. Wer mit den eigenen Füßen erspürt, wie groß der Temperaturunterschied zwischen dem geschotterten Weg und dem Rasenweg auch an heißen Tagen ist, der versteht, wie wichtig die Begrünung von Städten und öffentlichen Plätzen für unser Klima ist.



Die Anlage des Kneipp-Gesundheitsgartens in Geldern ist ein wunderschönes Fleckchen Natur, das getreu dem diesjährigen Motto des Kneipp-Bundes ein wesentlicher Baustein für die Prävention ist. Er wird von Mitgliedern des Kneipp-Vereins Gelderland liebevoll gehegt und gepflegt, damit noch viele Besucherinnen und Besucher hier ihre Seele baumeln lassen können.

Die Japaner kennen es schon lange und schätzen die Wirkung für Körper, Geist und Seele: Shinrin Yoku heißt dort das Waldbaden. Inzwischen sind die positiven Wirkungen auf Kreislauf, Immunsystem und Psyche wissenschaftlich belegt. Man kann es aber auch einfach im kneipp'schen Sinne in den Alltag als Bewegung und wichtigen Teil der Lebensgestaltung einbeziehen.

Wir bewegen uns als kleine Gruppe in ausgewählten Wäldern der Umgebung nur kurze Strecken und nutzen sie für Atem- und Entspannungsübungen. Oft runden kreative Übungen aus dem Bereich der Kunst oder der Poesie das ganzheitliche Erleben ab.

Waldbaden					
Treffpunkt: unterschiedliche Treffpunkte					
samstags 14.00 – 16.00 Uhr · Termine sind einzeln buchbar					
30.01.	**27.02.**	**27.03.**	**30.10.**	**27.11.**	**18.12.**
0,00 € / 10,00 €*					
Kursleiterin: Ute Stehlmann · (integrative Waldtherapeutin EAG) Tel. 02831 9745954					

Waldzeit – Dein Kraftort Natur
Durchatmen. Loslassen. Neue Kraft tanken.

Der Wald ist mehr als nur Natur – er ist ein besonderer Kraftort, der uns Ruhe schenkt, entschleunigt und neue Energie gibt.
Bei unserer Waldzeit tauchen wir bewusst in die wohltuende Atmosphäre des Waldes ein. Wir nehmen die beruhigende Wirkung des Grüns wahr, entdecken die natürlichen Duftstoffe der Bäume und öffnen unsere Sinne für die kleinen Wunder der Natur.
Durch bewusstes Atmen, achtsames Wahrnehmen und Momente der Stille lassen wir den Alltag hinter uns. Wir kommen zur Ruhe, finden unsere innere Ausgeglichenheit und spüren, wie Körper und Geist neue Kraft schöpfen.

Eine Auszeit für alle – den Akku aufladen, tief durchatmen und mit neuer Energie in den Alltag zurückkehren.

Waldzeit	
Treffpunkt: Eingang Waldfreibad Walbeck	
samstags 14.00 – 16.00 Uhr · Termine sind einzeln buchbar	
31.07.2027	**14.08.2027**
0,00 € / 10,00 €*	
Kursleiterin: Tina Stienen, Resilienztrainerin, Entspannungspädagogin, Waldbadentrainerin · Tel. 01578 3294786	

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder
Anmeldung: www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung

Für Waldbaden und Waldzeit gilt: Keine sportlichen Anforderungen· Die Veranstaltungen finden bei jedem Wetter statt: passende Kleidung! · Teilnehmerzahl: mindestens 5 bis maximal 15 Personen

Monat	Tag	Aktivität	Leitung
Januar	Sa. 09.01.2027	Lachyoga-Spaziergang	Christina Polte
	Sa. 16.01.2027	Wanderung Moorfestung Geldern, Fossa Eugeniana	Wilfried Küsters
	Sa. 23.01.2027	Bibertour an Niers und Nette	Wilfried Küsters
	Sa. 30.01.2027	Waldbaden	Ute Stehlmann
Februar	Sa. 13.02.2027	Wanderung	Joachim Scholtheis
	Sa. 27.02.2027	Waldbaden	Ute Stehlmann
März	So. 07.03.2027	Kneipp-Mitgliederversammlung	Lindenstuben Geldern
	Mi. 10.03.2027	Radtour Geldern	Hebben/Hutten
	Sa. 13.03.2027	„Mit Klängen auf Reisen gehen“	Thekla Rütten
		Wanderung	Joachim Scholtheis
	Sa. 20.03.2027	Spaziergang zu Wettener Gärten	Liss Steeger
	Mi. 24.03.2027	Radtour Kevelaer	Bernd Cox
	Karfreitag, 26.03.2027	Fastenwanderung durch das schöne Jammerdal	Wilfried Küsters
	Sa. 27.03.2027	Waldbaden	Ute Stehlmann
April	Sa. 03.04.2027	Breathwalk	Joachim Scholtheis
	Sa. 10.04.2027	Lachyoga-Spaziergang	Christina Polte
	Mi. 14.04.2027	Radtour Geldern	Hebben/Hutten
	Sa. 17.04.2027	Wanderung	Joachim Scholtheis
	Sa. 24.04.2027	Boulen Geldern	Jörg Warme
	Mi. 28.04.2027	Radtour Kevelaer	Bernd Cox
Mai	Sa. 08.05.2027	Natur- und Achtsamkeitstraining	Joachim Scholtheis
	Di. 11.05.2027	Tagesfahrt Brüggen & Roermond	s. Seite 50
	Mi. 12.05.2027	Fahrradtour mit niederrheinischer Kaffeetafel	Hermann Bornheim
	Mi. 19.05.2027	Radtour Geldern	Hebben/Hutten
	Sa. 22.05.2027	Boulen Geldern	Jörg Warme
	Sa. 22.05.2027	Autogenes Training Kevelaer	Joachim Scholtheis
	Mi. 26.05.2027	Radtour Kevelaer	Bernd Cox
	Sa. 29.05.2027	Progressive Muskelentspannung Kevelaer	Joachim Scholtheis

Monat	Tag	Aktivität	Leitung
Juni	Sa. 05.06.2027	Lachyoga-Spaziergang	Christina Polte
	Mi. 09.06.2027	Radtour Geldern	Hebben/Hutten
	Sa. 12.06.2027	„Mit Klängen auf Reisen gehen“	Thekla Rütten
	Sa. 19.06.2027	Knoblauch Radtour ab Wachtendonk	Wilfried Küsters
	Sa. 19.06.2027	Mit Glühwürmchen im Wald ab 22 Uhr	Ute Stehlmann
	Mi. 23.06.2027	Radtour Kevelaer	Bernd Cox
	Sa. 26.06.2027	Boulen Geldern	Jörg Warme
	Mi. 30.06.2027	Tagesfahrt Hamminkeln & Rhede	s. Seite 51
Juli	Sa. 03.07.2027	Wanderung Leuther Mühle um den De Wittsee	Wilfried Küsters
	Sa. 10.07.2027	Lachyoga-Spaziergang	Christina Polte
	So. 11.07.2027	Tagesradtour	Hebben/Hutten
	Mi. 14.07.2027	Radtour Geldern	Hebben/Hutten
	Sa. 17.07.2027	„Der geflügelte Bleistift“ auf dem Wandelweg	Liss Steeger
	Mi. 28.07.2027	Radtour Kevelaer	Bernd Cox
	Sa. 31.07.2027	Waldzeit Walbeck	Tina Stienen
August	Sa. 07.08.2027	Tagesradtour	Hebben/Hutten
	Mi. 11.08.2027	Radtour Geldern	Hebben/Hutten
	Sa. 14.08.2027	Waldzeit Walbeck	Tina Stienen
	Sa. 21.08.2027	Natur- und Achtsamkeitstraining	Joachim Scholtheis
	Mi. 25.08.2027	Radtour Kevelaer	Bernd Cox
	Sa. 28.08.2027	Autogenes Training	Joachim Scholtheis
September	Mi. 01.09.2027	Tagesfahrt Obsthof Schmitz-Hübsch Bornheim	s. Seite 53
	Sa. 04.09.2027	Boulen Geldern	Jörg Warme
	Mi. 08.09.2027	Radtour Geldern	Hebben/Hutten
	Sa. 11.09.2027	Progressive Muskelentspannung Kevelaer	Joachim Scholtheis
	Sa. 18.09.2027	„Mit Klängen auf Reisen gehen“	Thekla Rütten
	Mi. 22.09.2027	Radtour Kevelaer	Bernd Cox
	Sa. 25.09.2027	Wanderung	Joachim Scholtheis

Monat	Tag	Aktivität	Leitung
Oktober	Sa. 02.10.2027	Breathwalk	Joachim Scholtheis
	Sa. 09.10.2027	Boulen Geldern	Jörg Warme
	Mi. 13.10.2027	Radtour Geldern	Hebben/Hutten
	Sa. 16.10.2027	Wanderung	Joachim Scholtheis
	Sa. 23.10.2027	Lachyoga-Spaziergang	Christina Polte
	Mi. 27.10.2027	Radtour Kevelaer	Bernd Cox
	Sa. 30.10.2027	Waldbaden	Ute Stehlmann
November	Sa. 06.11.2027	Wanderung	Joachim Scholtheis
	Sa. 13.11.2027	Besichtigung Klosterdorf Steyl	Wilfried Küsters
	Sa. 20.11.2027	Lachyoga-Spaziergang	Christina Polte
	Sa. 27.11.2027	Waldbaden	Ute Stehlmann
	Sa. 27.11.2027	Kneipp-Adventsfeier	Lindenstuben Geldern
Dezember	Sa. 11.12.2027	„Mit Klängen auf Reisen gehen“	Thekla Rütten
	Sa. 18.12.2027	Waldbaden	Ute Stehlmann

Kursanmeldungen unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung
Rückfragen unter kneipp@kneippverein-gelderland.de

Zu allen Angeboten ist auch für die zum größten Teil kostenfrei teilnehmenden Mitglieder eine Anmeldung unter www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung erforderlich.

Ansprechpartner/-innen	Telefon
Bernd Cox	0171 6919848
Jürgen Hebben	0177 8278753
Andreas Hutten	0177 8278753
Wilfried Küsters	02836 9729955
Jörg Warme	0172 2455554
Christina Polte	01520 6389467
Thekla Rütten	02831 80108
Joachim Scholtheis	0176 47523769
Ute Stehlmann	02831 9745954
Tina Stienen	02834 98238



Fahrradfahren hat viele positive Auswirkungen auf die Gesundheit, es hilft gegen Stress und ist entspannend für den Geist. Ganz nebenbei verbessert Radfahren den Muskelaufbau und dient als soziale Aktivität. Gemeinsam durch die zauberhafte niederrheinische Landschaft zu radeln, lässt ein wunderbares Gefühl von Freiheit entstehen.
Ein besonderes „Schmankerl“ zum Saisonbeginn ist eine geführte Fahrradtour nach Hoerstgen, entlang der Fossa Eugeniana mit Begehung einer der noch als Bodendenkmal ausgewiesenen Verteidigungsschanzen. Interessant wird ein Bereich sein, wo vor wenigen Jahren ein „Napoleonshut“ (prähistorischer Mahlstein) gefunden wurde. Vorbei führt die Tour am Jüdischen Friedhof in Hoerstgen, bis die Teilnehmenden in der alten Krautfabrik Bornheim seit 1760 bei der Verköstigung einer Niederrheinischen Kaffeetafel interessante Informationen über die Herstellung von Rübenkraut, Apfelkraut, Marmelade usw. erfahren können.

Kurs 950 Fahrradtour 40 Kilometer mit Niederrheinischer Kaffeetafel
Abfahrt 11:00 Uhr ab Kneipp-Geschäftsstelle Geldern, Markt 17, 47608 Geldern
Mittwoch, 12. Mai 2027
29,00 € / 39,00 €* Wetterfeste Kleidung erforderlich. Bitte Getränke und kleine Snacks mitnehmen.
Kursleiter: Hermann Bornheim

* Preise für Kneipp-Mitglieder / Nichtmitglieder

Anmeldung: www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung

✓ bequeme Schuhmode
✓ orthopädische Maßschuhe
✓ Schuhzurichtungen
✓ Computer-Fußanalyse
✓ Einlagen
✓ Schuhreparaturen

BERRISCHEN
Gute Schuhe Gesunde Füße

Öffnungszeiten:
Mo.- Fr. 9.00 - 12.30 Uhr
14.30 - 18.00 Uhr

Gelderner Straße 11
47647 Kerken-Nieukerk
Tel.: 02833 2209
Fax: 02833 5451
info@berrischen.de

www.berrischen.de

IHR FAHRRADZENTRUM
JETZT KNAPP 700 m² AUSSTELLUNGSFLÄCHE!
Grauthoff Geldern
Viele E-Bikes & Fahrräder sofort verfügbar!
Unsere Marken:
Gazelle
ORBEA
VELOVILLE
Jetzt Termin vereinbaren
☎ 02831/3048
UND DURCH
BODY-SCANNING
DAS PERFEKTE FAHRRAD FINDEN!
fahrradzentrum-grauthoff.de
Inh. David Wormann
Boeckelter Weg 83
47608 Geldern
Tel. 02831/3048

Kneipp tut gut …
REISEBÜRO DIX
OMNIBUSBETRIEB GMBH
Ihre Idee. Unser Einsatz. Ihre Reise.
Gemeinsam auf Reisen
Wir bedanken uns beim Kneipp-Verein für die langjährige, vertrauensvolle Zusammenarbeit und freuen uns auf die nächsten weiteren Reisen.
Vereinsreisen | Gruppenreisen | Städtereisen | Pauschalreisen | Hotelbuchungen
02831 5647 | busbetrieb@reisebuero-dix.de | www.reisebuero-dix.de | Marktweg 41 · 47608 Geldern

Februar 2027	Sonntag, 21. Februar bis Sonntag, 28. Februar 2027

Urlaub im Osnabrücker Land



Das familiengeführte Hotel Haus Große Kettler (www.haus-grosse-kettler.de) mit Schwimmbad und Wellnessbereich liegt im Zentrum der Stadt Bad Laer zwischen Kirchhofsburg und Kurpark mit Glockensee. Sowohl die Salzgrotte in der Blombergklinik als auch die Therme SoleVital sind fußläufig zu erreichen.

Neben der Kneipp-Wasser-Fitness mit Wirkung© am Morgen gibt es zahlreiche Angebote und Vorträge rund um Sebastian Kneipps fünf Elemente.

Die Reise ist ausgebucht, es ist möglich, sich auf eine Warteliste setzen zu lassen.

September 2027	Sonntag, 19. September bis Sonntag, 26. September 2027

Bad Wörishofen
WO KNEIPP ZU HAUSE IST

Kneipps Hauptstadt bietet zahlreiche Möglichkeiten sich die fünf Elemente nach Sebastian Kneipp zu erarbeiten. In der sanften Landschaft des Voralpenlandes liegt die lebendige Stadt mit weitläufigem Kurpark und Kurhaus, Fußgängerzone und Sebastian-Kneipp-Museum. Hier wollen wir uns neben der Kneipp-Wasser-Fitness mit Wirkung© mit den vielfachen Kneippschen Wasseranwendungen beschäftigen. Vorträge und Führungen zu allen fünf Elementen runden das reichhaltige Programm ab.

Inmitten der Kneippstadt mit Nähe zur Therme liegt das Kurhotel Steinle mit Wellnessbereich. Der perfekte Ausgangspunkt um die vielen Attraktionen der Umgebung zu erkunden.

Nähere Angaben zu Preis und Programm standen bei Drucklegung noch nicht fest. Eine Vormerkung für diese Reise ist dringend erforderlich.

Mai 2027	Dienstag, 11. Mai 2027

Zwei Länder – ein schöner Tag!
Von der Burggemeinde Brüggen zur Maasmetropole Roermond

Freuen wir uns auf einen abwechslungsreichen Tagesausflug, der niederrheinische Gemütlichkeit mit niederländischem Flair verbindet. Historische Gassen, reizvolle Landschaften und eine entspannte Schifffahrt auf der Maas versprechen einen erlebnisreichen Tag.

Unsere Fahrt beginnt mit einem gemütlichen Frühstück vom Buffet im Genholter Hof. Gut gestärkt geht es anschließend in die malerische Burggemeinde Brüggen.
Bei einem Ortsrundgang entdecken wir den historischen Ortskern mit seinen liebevoll restaurierten Häusern, verwinkelten Gassen und der imposanten Burg Brüggen. Dabei erfahren wir Interessantes über die Geschichte und die Besonderheiten des charmanten Städtchens.

Anschließend überqueren wir die deutsch-niederländische Grenze und erreichen Roermond, eine lebendige Stadt an der Maas. Hier erwartet uns eine gemütliche Schifffahrt, bei der wir die reizvolle Wasserlandschaft rund um Roermond aus einer ganz besonderen Perspektive genießen können. Lehnen Sie sich zurück und lassen Sie die abwechslungsreichen Eindrücke an sich vorbeiziehen.



KI-generiertes Symbolbild

Im Anschluss bleibt noch Zeit zur freien Verfügung. Bummeln Sie durch die hübsche Innenstadt von Roermond, entdecken Sie die zahlreichen Geschäfte oder genießen Sie eine kleine Pause in einem der gemütlichen Cafés.

Ein rundum gelungener Ausflug mit einer schönen Mischung aus Kultur, Natur und Erholung!

Im Preis enthalten:
Fahrt im komfortablen Verhuven-Reisebus, Frühstück vom Buffet im Genholter Hof, Ortsrundgang durch Brüggen, Schifffahrt auf der Maas in Roermond, Freizeit in Roermond.

Preis pro Mitglied 99,00 €
Abfahrt: 08.00 Uhr ab Geldern, Busbahnhof

Juni 2027	Mittwoch, 30. Juni 2027

Hamminkeln & Rhede – Ein Tag voller Genuss
Frühstücksfreuden und süße Verführungen am Niederrhein

Freuen Sie sich auf einen genussvollen Tagesausflug, bei dem kulinarische Köstlichkeiten und süße Versuchungen im Mittelpunkt stehen!

Unsere Entdeckungsreise beginnt in Hamminkeln, wo wir in Hagemann's Hofcafé zu einem gemütlichen Frühstück vom Buffet erwartet werden. Lassen Sie sich in angenehmer Atmosphäre mit allerlei Frühstücksspezialitäten verwöhnen und starten Sie entspannt in den Tag.

Anschließend führt uns die Fahrt in die charmante Stadt Rhede, wo wir zunächst Zeit zur freien Verfügung haben mit der Gelegenheit für einen gemütlichen Bummel durch die Innenstadt mit vielen kleinen Geschäften mit besonderem Flair.



KI-generiertes Symbolbild

Weiter geht es am Nachmittag zur Pralinenmanufaktur Große-Bölting. Hier tauchen wir in die verführerische Welt feinster Schokoladenkreationen ein.

Bei einer interessanten Führung erfahren wir Wissenswertes über die Herstellung der kleinen Köstlichkeiten und erhalten Einblicke in die Kunst der Pralinenherstellung. Natürlich darf auch genascht werden! Freuen Sie sich auf eine Auswahl köstlicher Pralinen zum Probieren, begleitet von einer besonderen Tasse Kaffee-Komposition.

Ein abwechslungsreicher Ausflug für alle, die gerne genießen und sich den Tag versüßen lassen möchten!

Im Preis enthalten:
Fahrt im komfortablen Verhuven-Reisebus, Frühstück vom Buffet in Hagemann's Hofcafé, Besuch und Führung in der Pralinenmanufaktur Große-Bölting in Rhede, 1 Tasse Kaffee-Komposition, Pralinen zum Probieren.

Preis pro Mitglied 84,00 €
Abfahrt: 08.30 Uhr ab Geldern, Busbahnhof

Nachhaltigkeit mit Goldrecycling



Goldankauf ist ein wichtiges Thema unserer Zeit.
Verkaufen? Kaufen?? Warten???
Eine gute Frage, auf die es keine allgemein gültige Antwort gibt! Hier stellen sich sehr viele Fragen, welche ganz individuell, ruhig und gut überlegt entschieden werden müssen und zudem vor jedem Verkauf von Gold Vergleichsangebote einholen!
Immer noch ist der Goldpreis nicht zuletzt durch Amerika gewissen Schwankungen ausgesetzt. Nach wie vor bieten wir auf Empfehlung des Zentralverbandes der Gold- und Silberschmiede die Beratung und den Goldankauf an.
Wir haben uns ausschließlich auf den Ankauf von Edelmetallen in jeglicher Art (Schmuck, Münzen, Zähne, etc.) spezialisiert. Eine besonders gern genutzte Alternative zum Goldankauf ist bei uns die Kombination von einer schönen Umarbeitung zu einem neuen Schmuckstück und unter Umständen die Gutschrift des Restmaterials. Zum Beispiel kann man bei Trauringanfertigungen enorm sparen und den ideellen Wert eines geliebten Schmuckstücks aus der Familie weitergeben.

Goldschmiede Link – Markt 11 in Geldern · links neben der Sparkasse
Montags geschlossen

Alles Grüne
Gartenbau mit Herz und Verstand
Aengen-Eyndt
Inhaber: Konstantin Wolf

Fast sämtliche meiner Teesorten und Extrakte, Öle und Pulver rühren von früher geachteten, jetzt vielfach verachteten spottbilligen Heilkräutern her, welche der liebe Herrgott im eigenen Garten, auf freiem Felde, manche ums Haus herum an abgelegenen und unbesuchten Stellen wachsen lässt, Heilkräutern, die meistens keinen Pfennig kosten. *Sebastian Kneipp*

September 2027	**Mittwoch, 1. September 2027**

Vom romantischen Altstadtflair in Bedburg-Kaster zum regionalen Anbau von knackigem Obst in Bornheim

Wir starten mit dem original Alt-Brucher-Frühstücksbuffet mit einer reichhaltigen Auswahl im Hofcafé Alt-Bruch in Nettetal in einen abwechslungsreichen Tag, der mit einer Apfelhofbesichtigung endet.

Idyllisch und direkt am Naherholungsgebiet des Kasterer Sees gelegen, bietet Alt-Kaster (1148 erstmals urkundlich und 1339 als Stadt erwähnt) dem Gast einen komplett erhaltenen historischen Ortskern, in dem man das Mittelalter noch erspüren kann.

Ein Rundgang durch den historischen Ortskern lässt uns darüber staunen, wie unversehrt Alt-Kaster die teilweise bewegten Zeiten überstanden hat. Mehrere Auszeichnungen, unter anderem mit der Goldmedaille im Wettbewerb „Unser Dorf soll schöner werden“ waren der Lohn für das große Engagement der Bürgerschaft.

Wächst hier! Schmeckt mir!

Am Nachmittag fahren wir weiter zum Obsthof Schmitz-Hübsch in Bornheim-Merten, ein traditionsreicher Obstbaubetrieb mit großer Apfelauswahl, Hofladen und Café, bekannt für Äpfel, Birnen und Süßkirschen aus eigenem Anbau.



KI-generiertes Symbolbild

Hier lernen wir die Entwicklung des Obstbaus in einem Museum kennen und machen einen Rundgang durch die Obstplantagen inklusive Besuch der Kelterei. Hobby-Gärtner können hier ebenfalls ihr Wissen erweitern.

Im Anschluss daran sind wir auf dem Hof zu Kaffee und Kuchen eingeladen.

Im Preis enthalten:
Fahrt im knallroten Dix-Reisebus, Frühstück vom Buffet im Hofcafé Alt-Bruch, Zwischenstopp, Führung auf dem Obsthof Schmitz-Hübsch mit anschließendem Kaffee und Kuchen.

Preis pro Mitglied 80,00 Euro
Abfahrt 08.00 Uhr ab Geldern, Busbahnhof

REISEKATALOG 2027
JETZT KOSTENLOS ANFORDERN!

verhuven
touristik



Lassen Sie sich inspirieren und entdecken Sie unser vielfältiges Reiseprogramm.

Verhuven Touristik & Logistik GmbH
Im Niederbruch 1 | 46509 Xanten
+49 (0) 28 01 / 77 58 0
buchung@verhuven.de
touristik.verhuven.de

Naturnahes Grün

hilshof

Inspiration, Beratung, Planung

Gestaltung naturnaher Gärten
Begleitung von Naturgarteninitiativen
Planung von Naturerlebnisräumen
Entwicklung von Firmengeländen

Winternam 132
47647 Kerken

02831 9779565
www.hilshof.de
info@hilshof.de

Mitgliedsbetrieb im: NaturGarten e.V.

Für alle Fahrten gilt:

Die Rückfahrt ist grundsätzlich (falls nicht anders vermerkt) für etwa 17.00 Uhr geplant. Änderungen vorbehalten.

Zustiegstelle für alle Fahrten:
Busbahnhof Bahnhofstraße,
47608 Geldern

Anmeldungen:
www.kneippverein-gelderland.de/anmeldung

Rückfragen:
kneipp@kneippverein-gelderland.de

Bitte geben Sie bei der Anmeldung eine Handy-Nummer an.

Zu allen Reisen behalten wir uns Programmänderungen vor.

Bankverbindung

Volksbank an der Niers eG
IBAN: DE98 3206 1384 0108 1500 17
BIC: GENODED1GDL

Sparkasse Krefeld
IBAN: DE43 3205 0000 0000 1652 41
BIC: SPKRDE33XXX



kaenders
modehaus

Kevelaer · Busmannstraße 44-46 · **Kempen** · Kirchstraße 3

IMPRESSUM

Herausgeber:
Kneipp-Verein Gelderland e.V.
Markt 17 · 47608 Geldern
Tel. 02831 993880
www.kneippverein-gelderland.de

Vorsitzende: Liss Steeger
Stand: November 2026 (Änderungen vorbehalten)



Wir sind Next-Level-Nachbarschaft: Genossenschaft.

Wir sind da, wenn es drauf ankommt, persönlich und vor Ort.
Denn wir sind eine Gemeinschaft. Und eine Bank.

Wir machen den Weg frei.

Deine Volksbank an der Niers Heimatbank