

April 2023

Liebe Mitglieder und Freunde des Kneipp-Vereins Regensburg, Wir hoffen, Sie sind gut ins Frühjahr gekommen und finden unter unseren Angeboten jetzt etwas Passendes für sich.

Ihr Kneipp-Team

Gesundes Frühstück

Setzen Sie sich gerne in gemütlicher Runde an einen gedeckten Frühstückstisch und mögen neue Kontakte knüpfen? In Zusammenarbeit mit dem Treffpunkt Seniorenbüro-Aktivzentrum bietet Ihnen der Kneippverein dazu Gelegenheit und informiert zugleich in Form eines Kurzvortrages zu einem interessanten Thema.

- **16.Juni 2023 um 9.30 Uhr:**
Gut durch den Sommer kommen

Ort: Treffpunkt Seniorenbüro-Aktivzentrum, Theodor-Heuss-Platz 4, 93051 Regensburg, erreichbar mit Buslinien 7 und 18

Kosten: keine (Spenden gerne)

Anmeldung: bis spätestens eine Woche vor dem jeweiligen Termin bei Kneipp-Verein

Sonntagstreff 7.5.2023 Ausflug in den Botanischen Garten

Dort begrüßen wir den Wonnemonat Mai und wer mag, bringt ein Maien-Gedicht mit und trägt das dann vor.

Treffpunkt: 9.45 Uhr an Haltestelle „An der Kreuzbreite“, Buslinie 6 Richtung Klinikum. (Abfahrt Buszentrum Linie 6 um 9.30 Uhr).

Bitte Bus-Fahrgemeinschaften bilden.

Gebühr: Vereinsmitglieder frei, Gäste 5 €

Dauer ca. 2 Stunden, danach Einkehr in Hubertushöhe möglich, Fußweg dorthin ca. 30 Minuten, auch per Auto möglich..

Anmeldung: spätestens 1 Woche vorher!!
Frieda Dengler-Schroll 0941/709747 (AB)

Weitere Sonntagstreffe

- **Sonntag 04. Juni**
- **Sonntag 02. Juli**
- **Sonntag 06 August**
- **Sonntag 03. September und als letzter Treff der 1. Oktober.**

Treff: am Schwammerl um 11 Uhr; Dauer ca. 2 Stunden, danach Einkehr möglich.

Anmeldung: spätestens 1 Woche vorher!!
Frieda Dengler-Schroll 0941/709747 (AB)



Workshop Pflanze des Monats

Schließen Sie jeden Monat Freundschaft mit einer neuen Pflanze: Sie hören Geschichten, Sie stellen selbst Gerichte, Kosmetik oder Kreatives her. Sie bekommen Kostproben und erfahren etwas über Inhaltsstoffe, Nutzung und Heilwirkung.

- **15.05.2023: Rosmarin und Co.**
- **12.06.2023: Der Holunder**
- **10.07.2023: Die Brennessel**
- **07.08.2023: Der Lavendel**
- **18.09.23: Die Weinrebe, Pflanze des Monats 2023 mit Weinprobe**

Zeiten: Montags je 18.30 bis 20.00 Uhr

Ort: Kräutersaetl, Winzer, Kagerer Weg 2

Referentin: Irmgard Lercher-Seidl, Kräuterpädagogin

Gebühr: 12.00 € / Gäste 15.00 € plus Materialkosten

Anmeldung bis spätestens 1 Woche vorher unter Tel. 0941 85691, Mail: lercher-seidl@gmx.de

„Kneippen ist Kult“ Fest im Hegenuerpark

Wie in jedem Jahr laden wir zu einem kleinen Fest im Hegenuerpark ein, genau zur Sommer-Sonnenwende. Wir treffen uns am Kneipp-Tretbecken. Dort wird mit verschiedenen Angeboten die Kneipp-Naturheilkunde lebendig und erfahrbar gemacht. Musikalisch untermalt wird der Nachmittag von der Band „Ratisbona Oldies“. Gäste sind herzlich eingeladen.

- **Mittwoch 21.6.23, 15.00 bis 17.30 Uhr**

Ort: Am Kneipp-Tretbecken, oberster Punkt im Hegenuerpark, Bushaltestelle Theodor-Heuss-Platz, Linie 7

Wanderungen

Gebühr: Für Vereinsmitglieder sind die Wanderungen frei, von Gästen erbitten wir 5 Euro.

Die Wanderungen von **Anna** müssen aus gesundheitlichen Gründen aktuell leider entfallen. Wir wünschen gute Besserung.

Samstag 20.5.2023 (Manuela)

Wanderung vom Aberdeen Park zum Regen. Thema: Bäume und Sträucher und Ihre Heilkraft Teil 1, 6 – 8 km

Treff: 15.05 Uhr, Buslinie 1 Haltestelle Ostpreußenstrasse.

Anmeldung Tel. 0941/64083690

Samstag 17.6.2023 (Manuela)

Wanderung vom Aberdeen Park zum Tempe Park. Thema: Bäume und Sträucher und Ihre Heilkraft Teil 2. 6 – 8 km

Treff: 15.05 Uhr, Buslinie 1, Haltestelle Ostpreußenstr.

Anmeldung Tel. 0941/64083690

Mehr Energie durch einen artgerechten Lebensstil

Warum sind wir so oft erschöpft, obwohl die meisten von uns ein recht bequemes Leben haben? Was braucht mein Körper wirklich? Und was bedeutet eigentlich „artgerecht“? Sie erfahren, wie Sie durch kleine Veränderungen Ihres Bewegungs- und Ernährungsverhaltens Ihren Körper wieder mit mehr Energie versorgen.

- **Vortrag Freitag 21.07.23, 18.00 h**

Ort: Raum für Engagement, Daimlerstraße 27, nächste Bushaltestelle Krankenhaus St. Josef oder Zeiss-Strasse.
Referentin: Martina Röhn, Diplom-Psychologin, Therapeutin für klinische Psycho-, Neuro-, Immunologie

Gebühr: Vereinsmitglieder frei, Gäste 5.-€

Ausflug zum Nepal-Himalaya-Pavillon gemeinsam mit dem Kneipp-Verein Abensberg

Der Kneipp-Verein Abensberg fährt zum Nepal-Himalaya-Pavillon in Wiesent. Wir möchten die Gelegenheit nutzen, zusammen mit unserem Nachbarverein etwas zu unternehmen und laden gemeinsam mit dem KV Abensberg dazu ein.

- **Montag 7.8.2023, 13.00 Uhr dort**

Anmeldung: Abensberg Tel. 09443-3369, pfaffenender.abensberg@googlemail.com, oder beim Kneipp-Verein Regensburg.

Gemeinsame Anfahrt kann organisiert werden.

Bitte vormerken Mitglieder-Versammlung des Kneipp-Vereins

Die Mitgliederversammlung des Kneipp-Vereins ist geplant für

Samstag 12.8.2023 um 15.00 Uhr