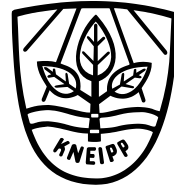


**Kneipp-Verein e.V. Kirchzarten**  
Im Kneipp-Bund e.V. Bad Wörishofen



Unser Ziel:  
Gesunde Menschen!  
**75 Jahre**

Dezember 2001

# Programm 2002

Liebe Kneippfreunde!

Dezember 2001

Der Kneipp-Verein, also wir alle, dürfen im nächsten Jahr auf ein besonderes Ereignis blicken. Nach unseren Unterlagen wurde der Kneipp-Verein vor 75 Jahren gegründet. Dies ist ein Grund zum Feiern. Dies wollen wir gemeinsam am Abend des 22.6.2002 in der Großen Stube der Talvogtei tun. Am Nachmittag wollen wir einen „Kneipp-Nachmittag“ nicht nur mit Kindern und Familien mit Spiel und Spaß zwischen Kneipp-Garten und Kneipp-Anlage veranstalten. Am Vorabend, dem längsten Tag im Jahr, werden wir mit Musik und Kräutern die Sonnwende im Kräutergarten miterleben. Damit wir besser planen können, melden Sie sich bitte für die Festveranstaltung in der Großen Stube der Talvogtei bei uns an.

Unser Verein hat derzeit 270 Mitglieder davon sind 64 Partner von Mitgliedern. Alle sind dazu herzlich eingeladen. Bitte melden Sie sich für den Festabend bis zum 20.5.2002 bei uns an, damit wir besser planen können.

Der Vorstand mit den Beiräten hat für das Jahr 2002 wieder ein Programm zusammengestellt. Wir hoffen, dass wir Ihre Interessen getroffen haben. Die einzelnen Programmpunkte entnehmen Sie bitte den folgenden Seiten.

Zur Hauptversammlung am Samstag, dem 2.2.2002, möchte ich Sie herzlich einladen. Die Tagesordnung ist unten angeführt. Die Hauptversammlung bietet jedem die Möglichkeit über die Geschicke des Vereins mitzubestimmen.

Die bestellten Kneipp-Jahreskalender 2002 können bei uns abgeholt werden. Interessenten für den Kneipp-Jahreskalender 2003 möchten sich bitte bei mir bis zum 1. November 2002 melden. Der Preis liegt wahrscheinlich bei € 4.10 (~DM 8.-)

Das Programm, Aktuelles und vieles Mehr können Sie wie auch in diesem Jahr wieder im Internet unter der Adresse „<http://www.h1gate.de/kneipp/>“ finden. Schauen Sie doch mal rein.

Wir möchten Sie nochmals an den Fahrdienst zu den Vorträgen erinnern. Sollte es Ihnen nicht möglich sein aus eigener Kraft zum Vortrag zu gelangen, so setzen Sie sich bitte rechtzeitig mit Frau Schumacher Tel.: 07661-61519 oder Herrn Binder, Tel: 07661-3514, in Verbindung.

Nur zur Erinnerung: Der Mitgliedsbeitrag beträgt für Einzelmitglieder € 20.40 und für Ehepaare € 24.00. Sofern eine Einzugsermächtigung vorliegt, wird der Mitgliedsbeitrag am 01.03.2002 per Lastschrift eingezogen. Mitglieder, die selbst zahlen, werden gebeten, den Mitgliedsbeitrag bis zum 01.03.2002 auf das Konto 5000880, BLZ 68051004, bei der Sparkasse Hochschwarzwald zu überweisen oder uns eine Lastschrift zu erteilen.

Wir wünschen Ihnen ein gesegnetes Weihnachtsfest, ein gesundes und erfülltes neues Jahr und grüßen Sie im Namen des Vorstandes und der Beiräte.

Nachfolgend sind die Telefonnummern unseres Vorstandes aufgeführt für den Fall, dass Sie mit uns in Kontakt treten wollen.

		Telefon:
1. Vorsitzender:	Thomas Huber Maria-Theresia-Str. 8 79199 Kirchzarten	07661-980379
2. Vorsitzender:	Jürgen Binder	07661-3514
Schriftführerin:	Anita Vath	07661-5639
Schatzmeisterin:	Christel Huber	07661-980379
Beiräte:	Hedwig Lück	07661-2349
	Rita Schöttle	07661-1459
	Dorothee Schumacher	07661-61519
	Eva-Maria Schlecht	07661-627263
Rechnungsprüfer:	Erwin Bank	07661-3412
	Albrecht Schöttle	07661-1459

## **Jahresprogramm 2002 des Kneipp-Vereins e.V. Kirchzarten**

Eine Terminübersicht finden Sie am Ende des Heftchens.

### **Vortrag: „Häusliche Alten- und Krankenpflege“, Herr Eike von Gierke**

29.01.2002, Dienstag, 19<sup>30</sup> Uhr.

Angehörige werden immer häufiger zu Hause gepflegt und versorgt. Für viele Menschen kommt die Unterbringung in einer stationären Einrichtung nicht in Frage. In dem Vortrag sollen Möglichkeiten und Grenzen der Betreuung von Angehörigen aufgezeigt werden. Welche finanziellen Hilfestellungen durch die Pflegeversicherung gibt es und wie kann die zum Teil äußerst belastende Situation bewältigt werden.

### **Vortrag: „Frühjahrs müde? - Auf zur Frühjahrskur“, Frau Ursel Bühring**

26.02.2002, Dienstag, 19<sup>30</sup> Uhr.

Machen sich nach den kalten Tagen erste Zipperlein bemerkbar wie Frühjahrs müdigkeit, Arbeitsunlust oder eine gewisse Trägheit? Sind vielleicht ein paar Pfund mehr auf der Waage oder sah Ihre Haut schon einmal rosiger aus?

Dann ist es Zeit für eine Frühjahrskur! Die Natur hält dafür Pflanzen bereit, die helfen, die Ausscheidungsorgane zu aktivieren und den frühjahrs müden Stoffwechsel wieder anzukurbeln. Ob Bärlauch, Löwenzahn, Brennnessel oder Birkenblätter – der Körper wird wieder mit vitalstoffreichen Frischkräutern versorgt und Vitamine, Mineralien und Ballaststoffe haben Hochkonjunktur.

Die Erneuerung in der Natur spiegelt sich in Körper und Geist.

Mit vielen Rezepten für Wildkräutersalate und Kräutertees ausgestattet kann der ersehnte Frühling kommen.

### **Vortrag: „Kinder von heute – gesundheitsbewusste Erwachsene von morgen“, Frau Eva-Maria Schlecht**

12.03.2002, Dienstag, 19<sup>30</sup> Uhr.

In unserem Lebensumfeld fällt es uns schwer, ein naturgemäßes Leben zu führen. Auf der einen Seite haben wir eine Verarmung an natürlichen Reizen (Wärme, Kälte usw.) und auf der anderen Seite eine Überflutung durch künstliche Reize (Radio, Fernsehen, Lärm usw.). Der moderne Mensch hört weniger auf seinen Körper. Das feine Zusammenspiel von Körper, Geist und Seele gerät aus den Fugen. Diese Disharmonie hat sich bei Kindern noch nicht ganz durchgesetzt. Es gilt die Sensibilität für ein naturgemäßes Leben bei unseren Kindern weiter zu wecken und wach zu halten. Denn Disharmonie in unserem Körper führt zu einer verstärkten

Anfälligkeit für Krankheiten. Daher ist primäre Prävention – das heißt die Verhütung von Krankheiten – wichtig, und diese muss bereits im Kindesalter beginnen. Der wichtigste beeinflussbare Faktor der Vorbeugung ist das gesundheitsbewusste Verhalten, das gar nicht früh genug erlernt werden kann.

Pfarrer Sebastian Kneipp entwickelte bereits vor über 100 Jahren eine umfassende ganzheitliche Heil- und Lebensweise, die bis heute nichts an Aktualität verloren hat. Für ihn war eine Lebensweise, die sich an den Gesetzmäßigkeiten der Natur orientiert, das Wichtigste, um fit und gesund zu bleiben. Auch für seine Behandlungen hat er nur natürliche Mittel eingesetzt.

Mit Leichtigkeit und Spaß lässt sich diese Einsicht in den Alltag mit Kindern integrieren; deshalb bietet der Kneipp-Verein allen Interessierten einen Vortragsabend zu dieser Thematik an.

**Vortrag: „Sinn und Unsinn von Diäten“, Frau Dr. Silke Bauer**

23.04.2002, Dienstag, 19<sup>30</sup> Uhr.

Wie gewonnen, so zerronnen und das Gewicht ist wieder drauf. Kennen Sie auch diesen Teufelskreislauf?

Blitz- und Crashdiäten haben Konjunktur. Mal schwören Diäten auf Brot und mal ist es verboten. Mal verspricht nur die Trennkost den wahren Erfolg und mal macht's die Mischung. Dort ist es die Ananas, die schlank macht und hier wieder das Sauerkraut. Oder reicht auch nur die Kaffeepille zum Schlankheitsglück aus? Widersprüche und Ungereimtheiten noch und noch. Wer soll sich da auskennen? Dieser Vortrag soll aufklären und u.a. helfen, gute von schlechten Diäten zu unterscheiden. Oder geht es vielleicht auch ohne Diäten?

**Vortrag: „Duft und Gerüche - Verführung und Abschreckung“,**

**Herr Prof. Dr. Volker Schneider**

14.05.2002, Dienstag, 19<sup>30</sup> Uhr

Ein amüsanter Beitrag zur Geschichte und Entwicklung des Riechens und der Gerüche.

Die ultimative Stinkbombe soll Demonstranten und Partisanen in die Flucht schlagen .... (Die Zeit, Juli 2001), daran sind Polizei und Militär heute interessiert.

In diesem Beitrag wollen wir uns aber mit den angenehmen Seiten der Gerüche befassen. Es geht um die heilenden Wirkungen von gut duftenden Pflanzeninhaltsstoffen, Berichte aus früheren Zeiten und über Informationen über Extraktionsmethoden und den Wirkungen von Pflanzeninhaltsstoffen und natürlich auch um die verführerischen

Wirkungen des Parfüms. Kurz, wir wollen uns auf amüsante Weise mit den Vorteilen und Wirkungen „Gut Duftens“ auseinandersetzen. Dabei wollen wir auch Kneipp nicht vergessen und seinen Beitrag zur Dufttherapie durchaus würdigen. Aus Essenzen stellen wir unser individuelles Duftwasser her und nehmen es zum Ausprobieren mit nach Hause.

### **Kneipp-Wasseranwendungen – aber richtig mit Frau Schumacher**

20.06.2002, Donnerstag, 10<sup>00</sup> Uhr

An praktischen Beispielen wird Armbad oder Wassertreten demonstriert. Gesundheitstrainerin Frau Dorothee Schumacher erklärt die richtige Anwendung der Kneipp'schen Wassertherapie und deren Wirkung auf den Organismus. Treffpunkt: 10<sup>00</sup> Uhr an der Sportgaststätte. Von dort aus gehen wir gemeinsam zur Kneipp-Anlage am Giersberg. Dauer ca. 1 Stunde.

### **Ein Abendkonzert im Kräutergarten am Giersberg**

21.06.2002, Freitag, 20<sup>30</sup> Uhr

Musik liegt in der Luft - und Blumen verströmen ihren Duft ...!  
Wollen Sie gerne den längsten Tag des Jahres mit allen Sinnen erleben? Dann sind Sie zum Kräutergartenfest am Giersberg herzlich eingeladen. Sie können kulinarische Köstlichkeiten, zubereitet aus der Heilkräutern des Garten, genießen und sich dabei so richtig auf den Sommer „ein-stimmen“ lassen.

Wie schon Kneipp sagte: „Und vergesst nur die Seele nicht!“

### **Kinder- und Familiennachmittag zwischen Kräutergarten und Kneippanlage**

22.06.2002, Samstag, 14<sup>30</sup> – 17<sup>00</sup> Uhr

„Kneipp“ ist nicht nur kaltes Wasser. Kneipp ist viel mehr wie auch Spiel, Spaß und Spannung. Wir haben dazu vieles vorbereitet. Lasst Euch und lassen Sie sich überraschen.

### **Festveranstaltung zum 75. Vereinsjubiläum**

22.06.2002, Samstag, 20<sup>00</sup> Uhr , Große Stube in der Talvogtei.

Kneipp-Mitglieder feiern zusammen mit Freunden des Kneipp-Vereins.

### **Tagesfahrt**

6.07.2002, Samstag

Fahrt nach Sélestat im Elsaß mit Stadtführung und Besuch der Humanistenbibliothek. Anschließend Besuch der Rosenschau in Baden-Baden .

**Vortrag: „Ökosystem Darm“, Herr Christoph Chesnais**

24.09.2002, Dienstag, 19<sup>30</sup> Uhr

Fehlernährung, Umweltgifte aber auch Medikamente schädigen heute in zunehmenden Maße den Darm. Immer mehr Menschen klagen deshalb über Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall, Sodbrennen, Völlegefühl und ähnliche Beschwerden. Oft ist der Darm zu schwach, um Schadstoffe, Viren, Pilze und Bakterien wirksam abzuwehren und aus dem Körper ausscheiden zu können. Das belastet schließlich die Gesundheit des ganzen Menschen.

Hier setzt der Vortrag von Heilpraktiker Christoph Chesnais an. Dargestellt werden alternative Heilverfahren, um selbst chronisch gewordene Leiden wirksam zu kurieren. Kernstück der Therapie ist die Ernährungsreform, die den Darm zu seiner natürlichen Funktion erzieht.

**Vortrag: „Sonnenbrand und Apfelblume – Heilpflanzen für Kinder“,**

**Frau Michaela Girsch**

8.10.2002, Dienstag, 19<sup>30</sup> Uhr

Ob bei Bauchweh oder Bienenstich, Heilpflanzen eignen sich zur Behandlung alltäglicher Beschwerden im Kindesalter sehr gut, da sie sanft und zuverlässig helfen können. An diesem Abend werden einige wichtige Kinder-Heilpflanzen sowie gesunde und schmackhafte Tees vorgestellt, die Sie gut und gerne in ihre Hausapotheke aufnehmen können.

**Vortrag: „Gestörter Schlaf – Wissenwertes zu Ursachen und Symptomen, Behandlungsmöglichkeiten“, Herr Dr. Ulrich Barth**

5.11.2002, Dienstag, 19<sup>30</sup> Uhr

Ca. 20% der Bevölkerung leidet an Schlafstörungen. Grund genug, um sich mit der natürlichen Funktion des Schlafes und dessen Einfluss auf unsere Befinden zu beschäftigen.

Im Vortrag soll darüber hinaus auf verschiedene Formen der Schlafstörung, deren Ursachen und Symptome, sowie der Behandlungsmöglichkeiten eingegangen werden.

## Kurse/Gruppen

<b>Venen- und Beingymnastik</b>	Montag,	9 <sup>00</sup> - 10 <sup>00</sup> Uhr	Altenheim
<b>Osteoporose Gymnastik</b>	Donnerstag,	9 <sup>00</sup> - 10 <sup>00</sup> Uhr	Altenheim
<b>Beckenbodengymnastik</b>	Donnerstag,	10 <sup>10</sup> - 11 <sup>10</sup> Uhr	Altenheim
<b>Wirbelsäulengymnastik</b>	Mittwoch,	18 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup> Uhr	Zarten Schule
<b>Seniorengymnastik</b>	Donnerstag,	18 <sup>00</sup> - 19 <sup>00</sup> Uhr	Kirchzarten Grundschule

Leitung: Frau Hedi Lück (Telefon: 07661-2349)

<b>Ganzheitliches Gedächtnistraining</b>	Dienstag,	10 <sup>30</sup> - 12 <sup>00</sup> Uhr	Evangelisches Gemeindezentrum in Kirchzarten, Clubraum
--	-----------	---	---

Termine ab: März und Oktober

Leitung: Frau Dorothee Schumacher (Telefon: 07661-61519)

## Kräutergarten

Leitung: Frau Eva-Maria Schlecht (Telefon: 07661-627263)

Wer an einem oder an mehreren Kursen teilnehmen möchte, melde sich bitte bei der jeweiligen Kursleiterin an.



## Vereinsjubilare 2002 - Mitglied im Kneipp-Verein

40 Jahre

Rummler Hermiene

25 Jahre

Armbruster Agnes  
Bott Hertha  
Dietsche Maria  
Jobst Dietmar  
Klinge Anna  
Mayer Josef  
Sattmann Alois  
Schnurr Margarete  
Spieß Gerda  
Wehrle Maria

Bäumer Hanna  
Dietsche Gertrud  
Hauk Helga  
Kempter Martha  
Läufer Gusti  
Rau Anna  
Scherer Elisabeth  
Simon Horst  
Steinhart Erich  
Wehrle Otto

20 Jahre

Böhme Karl-Gustav  
Burget Gertraud  
Burgey Isolde  
Hutzler Ilse  
Meder Maria  
Paffrath Angela  
Rombach Christa  
Schweizer Angelika  
Senske Brigitte  
Ziegler Elisabeth

Böhme Helma  
Burgey Günter  
Hauth Irmgard  
Langer Luise  
Näher Silvia  
Richert Burga  
Schumacher Hermann  
Schweizer Rudolf  
Zander Brigitte

15 Jahre

Bank Erwin  
Baron Dorothea  
Dietz Margarethe  
Huber Ursula  
Werner-Künzig Waltraut  
Wirbser Berta

Bank Rita  
Baumann Pia  
Huber Herbert  
Storm Helene  
Wirbser Franz  
Zeisig Edith

10 Jahre

Albrecht Ernst  
Berger Rudolf  
Gratwohl Brigitte  
Huber Christel  
Jäger Maria  
König Rainer  
Kneer Alois  
Polzer Erna

Becker Lisa  
Berger Hildegard  
Huber Thomas  
Jäger Hilmar  
König Dorothea  
Kneer Gertrude  
Lück Hedwig  
Tomanek Emilie

5 Jahre

Allgaier Irene  
Dreling Anneliese  
Fischer Sigmunde

Bleichrodt Wilfried  
Ernst Elisabeth  
Schräbler Paula

Wir laden Sie alle recht herzlich ein zu unserer

## **Hauptversammlung am 2.2.2002, 15<sup>00</sup> Uhr, im Hotel-Restaurant Fortuna**

Es stehen folgende Punkte auf der Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Annahme der Tagesordnung durch die Versammlung
3. Geschäfts- und Rechenschaftsbericht
4. Kassenbericht
5. Bericht der Kassenprüfer
6. Aussprache
7. Wahlen (2. Vorsitzende/r, Schatzmeister/in, Beiräte, Rechnungsprüfer/innen)
8. Schriftliche Anträge
9. Verschiedenes - Anregungen – Wünsche

Anträge zur Hauptversammlung müssen begründet sein und spätestens sechs Tage vor der Hauptversammlung dem Vereinsvorsitzenden vorliegen.

## **Hauptversammlung am 1.2.2003, 15<sup>00</sup> Uhr, im Hotel-Restaurant Fortuna**

Es stehen folgende Punkte auf der Tagesordnung:

10. Begrüßung
11. Annahme der Tagesordnung durch die Versammlung
12. Geschäfts- und Rechenschaftsbericht
13. Kassenbericht
14. Bericht der Kassenprüfer
15. Aussprache
16. Wahlen (1. Vorsitzende/r, Schriftführer/in)
17. Schriftliche Anträge
18. Verschiedenes - Anregungen – Wünsche

Anträge zur Hauptversammlung müssen begründet sein und spätestens sechs Tage vor der Hauptversammlung dem Vereinsvorsitzenden vorliegen.

Für Ihre Notizen

## Jahresprogramm 2002 des Kneipp-Vereins e.V. Kirchzarten

29.01.2002	Dienstag	19 <sup>30</sup> Uhr	Vortrag: Herr Eike von Gierke „Häusliche Alten- und Krankenpflege“
02.02.2002	Samstag	15 <sup>00</sup> Uhr	Jahreshauptversammlung
26.02.2002	Dienstag	19 <sup>30</sup> Uhr	Vortrag: Frau Ursel Bühring „Frühjahrs müde?` - Auf zur Frühjahrskur“
12.03.2002	Dienstag	19 <sup>30</sup> Uhr	Vortrag: Frau Eva-Maria Schlecht „Kinder von heute – gesundheitsbewusste Erwachsene von morgen“
23.04.2002	Dienstag	19 <sup>30</sup> Uhr	Vortrag: Frau Dr. Silke Bauer „Sinn und Unsinn von Diäten“
14.05.2002	Dienstag	19 <sup>30</sup> Uhr	Vortrag: Herr Prof. Dr. Volker Schneider „Duft und Gerüche - Verführung und Abschreckung“
20.06.2002	Donnerstag	10 <sup>00</sup> Uhr	Kneipp-Wasseranwendung – aber richtig: Frau Schumacher, Treffpunkt: Sportgaststätte
21.06.2002	Freitag	20 <sup>30</sup> Uhr	Ein Abendkonzert im Kräutergarten am Giersberg
22.06.2002	Samstag	14 <sup>30</sup> Uhr	Kinder- und Familiennachmittag Treffpunkt: Zwischen Kneippgarten und Kneippanlage
22.06.2002	Samstag	20 <sup>00</sup> Uhr	75. Vereinsjubiläum Treffpunkt: Große Stube der Talvogtei
06.07.2002	Samstag		Tagesfahrt nach Sélestat und Baden-Baden
24.09.2002	Dienstag	19 <sup>30</sup> Uhr	Vortrag: Herr Christoph Chesnais „Ökosystem Darm“
08.10.2002	Dienstag	19 <sup>30</sup> Uhr	Vortrag: Frau Michaela Girsch „Sonnenbrand und Apfelblume – Heilpflanzen für Kinder“
05.11.2002	Dienstag	19 <sup>30</sup> Uhr	Vortrag: Herr Dr. Ulich Barth „Gestörter Schlaf – Wissenwertes zu Ursachen und Symptomen, Behandlungsmöglichkeiten“
08.12.2002	Sonntag	15 <sup>00</sup> Uhr	Adventsfeier
01.02.2003	Samstag	15 <sup>00</sup> Uhr	Jahreshauptversammlung

Falls nichts anderes angegeben wurde, finden die Veranstaltungen im Hotel-Restaurant Fortuna in Kirchzarten statt.

Aktuelle Programmänderungen können Sie auch erfahren über das Internet unter der Adresse <http://www.h1gate.de/kneipp/>