

Der



**bietet seit über 30 Jahren
Möglichkeiten der Gesundheitsförderung durch**

Kneipp

Information

Bewegung

Geselligkeit

**Veranstaltungsprogramm und Mitteilungen für das
zweite Halbjahr 2023**

Liebe Kneippianerinnen und Kneippianer,

das vorgesehene Veranstaltungsprogramm für das zweite Halbjahr 2023 wird Euch hiermit überreicht. Der Vorstand wünscht Euch hierzu viel Freude und hofft, dass es Euch gefällt und für jeden etwas dabei ist.

**Viele herzliche Grüße
Das Vorstandsteam**

Samstag 05. August 2023

Fahrt zur Aufführung des Musicals „Sister Act“ auf der Waldbühne in Hamm-Heessen

Wie bereits im Programmheft für die 1. Jahreshälfte angekündigt, findet die Fahrt zur Wald-bühne nach Hamm-Heessen statt. Für alle, die sich hierzu angemeldet haben, wird an dieser Stelle daran erinnert.

Abfahrt ist um 17.30 Uhr ab Busbahnhof Marl Mitte an den Parkplätzen der Taxistände. Rückfahrt ist um ca. 23.00 Uhr.

Ein Sitzkissen und eine Decke mitzunehmen wird empfohlen.

Montag 18. September 2023

Tagesfahrt zur Dr. Oetker KG in Bielefeld

Auf vielfältigen Wunsch von Mitgliedern ist vorgesehen das Familienunternehmen Dr. Oetker KG in Bielefeld - und zwar das besondere Angebot der Firma „Die Dr. Oetker Welt“ zu besichtigen. Die Führung durch die „Dr. Oetker-

Welt“ beginnt um 13.30 Uhr und endet etwa gegen 16.15 Uhr. Da die Firma im Zentrum von Bielefeld und nahe der Altstadt liegt, besteht noch bis 18.30 Uhr die Gelegenheit, für einen kleinen Aufenthaltsbummel durch die Innenstadt Bielefelds. Im Innenteil ist eine Karte vom Stadtzentrum Bielefeld abgebildet, an der man sich schon einmal etwas orientieren kann,.

Wer schon einmal einen Blick hinter die Kulissen der „Dr. Oetker Welt“ werfen möchte, kann dies auf YouTube unter dem Kanal "BackGround Stories" tun und auf Entdeckungstour gehen.

Die Führungen durch die Dr. Oetker Welt sind so begehrt, dass täglich drei Führungen stattfinden, die jeweils in der Regel 2 Stunden und 45 Minuten dauern und an denen jeweils bis zu 50 Besucher teilnehmen. Dabei haben die Besucher die Möglichkeit, im Bistro und im Shop die Produkte des Familienunternehmens zu kosten. Zuerst gibt es am „Puddingwunder“ eine Stärkung, nach der Führung zudem eine Verkostung der weiteren Produkte. Am Ende erhält jeder Teilnehmer außerdem eine kleine Überraschung.

Abfahrt ist um 11.30 Uhr ab Busbahnhof Marl Mitte an den Parkplätzen der Taxistände. Die Rückfahrt ist gegen 18.30 Uhr vorgesehen.

Preis einschließlich Eintritt für Mitglieder ca. 45,-- €

Preis einschließlich Eintritt für Nichtmitglieder ca. 47,-- €

Dienstag 26. September 2023

Offenes Singen

Alle Mitglieder und Gäste sind herzlich zum Offenen Singen an der Kneipp-Anlage eingeladen. Norbert Croonenbrock und Karl Schneider spielen für uns wieder schöne Lieder zum Mitsingen auf und die Frauen des Vorstandsteams bietet für alle Besucher wieder Kaffee und selbstgebackene Kuchen zum Verkosten an.

Beginn ist um 15.00 Uhr an der Kneipp-Anlage des Marien-Hospitals, Hervester Str. 57 in 45768 Marl.

Dienstag 07. November 2023

***Vortrag über das Thema „Die Wirkung von Gewürz- und Wildkräutern auf Vitalität und Gesundheit“
Referentin: Heilpflanzenpädagogin Reinhild Wieschus***

Zu den fünf Säulen der kneippschen Gesundheitslehre gehört auch die Säule der Kräuter. Wer aufmerksam durch die Welt geht, wird bemerken, dass in Wald, Feld und auf Wiesen und sogar in jedem Garten eine schier unendliche Vielzahl an Kräutern wächst, die den meisten unbekannt sind. Bekannt sind in der Regel nur einige Kräuter, die in der Küche als Gewürze verwendet werden. Traditionell betrachtet wurden die unterschiedlichen Kräuter seit Jahrhunderten schon immer für Gesundheit und Vitalität verwendet. Die Fachleute hierfür waren in früheren Zeiten die Apotheker, die dazu wissenschaftlich ausgebildet waren, um aus den unterschiedlichsten Kräutern Heilmittel herzustellen.

Die Referentin Frau Wieschus ist ausgebildete Heilpflanzenpädagogin, die in Zusammenarbeit mit dem Regionalverband Ruhr regelmäßig Wildkräuterführungen in der Hohen Mark und der nahen Umgebung durchführt.

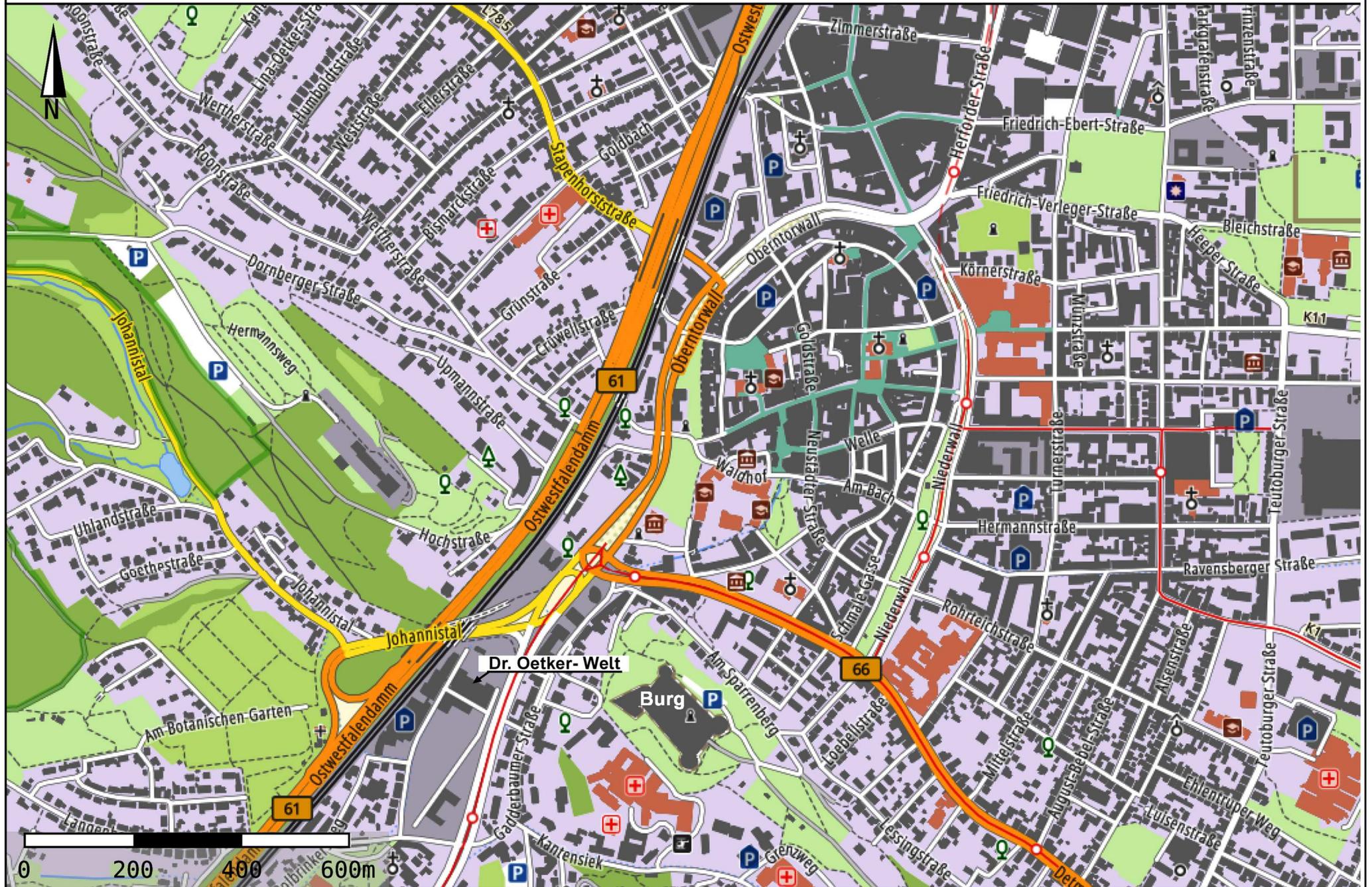
In diesem Vortrag erfahren wir von ihr als Kräuterexpertin viel wissenswertes über die bekannten Garten- und Küchenkräuter sowie über die essbaren Wild- und Heilpflanzen, die besonders frisch und jung im Frühling geerntet nicht nur zur Bereicherung in der alltäglichen Küche als Salate oder als Bestandteile für Smoothies verwendet werden können, sondern auch welche vitalen und gesundheitlichen Wirkungen die unterschiedlichen Kräuter haben. Schon Kneipp wusste, dass in den Kräutern die Wunder der Natur, Kraft und Segen für die menschliche Gesundheit verborgen sind.

Ein wichtiger Vortrag, den man nicht versäumen sollte.

Der Vortrag findet um 15.00 Uhr in der Aula der Krankenpflegeschule des Marien-Hospitals, Hervester Straße 57 statt.

Interessierte Bekannte sind ebenfalls zu dem kostenfreien Vortrag herzlichst eingeladen.

Orientierungskarte Bielefeld Zentrum



Dienstag 07. Dezember 2023

Vorweihnachtliche Feier im Advent

Alle Mitglieder sind zu unserer besinnlichen vorweihnachtlichen Feier eingeladen. Wie in den vergangenen Jahren wollen wir uns gemeinsam mit Kaffee und Kuchen, stimmungsvollen Liedern und einem ausgesuchtem Programm bei festlicher Dekoration auf die Weihnachtstage einstimmen. Die Feier findet - wie im Vorjahr - wieder im Festsaal des Restaurants "Zur Kastanie", Goethestraße 62 in Marl Brassert statt. Wer mit dem PKW zur Feier kommt, kann auf dem Parkplatz parken, der auf dem ehemaligen Zechengelände der Zeche Brassert liegt.

Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung zur Teilnahme an der vorweihnachtlichen Feier bis spätestens zum 29. November 2023 erforderlich. Wer sich nicht angemeldet hat, kann daher trotz Mitgliedschaft nicht teilnehmen, da nur nach der Anzahl der Anmeldungen Plätze reserviert werden.

Beginn ist um 15.00 Uhr im Festsaal Saal des Restaurants "Zur Kastanie" Goethestraße 62 in Marl Brassert

Mitwoch 12. Dezember 2023

Fahrt zum Weihnachtsmarkt in der Stadt Soest

Auch in diesem Jahr wollen wir wieder einen besonderen Weihnachtsmarkt besuchen und zwar den Weihnachtsmarkt in der Stadt Soest. Das weltweit einmalige Grünsandstein-Ensemble der „Altstadt Soest“ bildet die beeindruckende Kulisse für einen der schönsten Weihnachtsmärkte in Nordrhein-Westfalen. Auf den knapp 100 Ständen werden angeboten:

Attraktive Geschenkartikel, Kunsthandwerkliche Produkte z. B. auch die traditionellen Holzschnitzereien aus dem Erzgebirge und Weihnachtsschmuck in verschiedenen Formen, Farben und Materialien. Auch handwerkliche Vorführungen, Gastronomie- und Glühweinstände sind zahlreich vertreten. Am Abend lässt der Turmbläser vertraute Melodien erklingen. Ein Weihnachtsmarkt, den es sich wirklich lohnt, zu besuchen.

Abfahrt ist um 13.00 Uhr ab Marl Mitte an den Parkplätzen der Taxistände.

Rückfahrt ist gegen 18.30 Uhr vorgesehen.

Preis für Mitglieder ca. 25 €

Preis für Nichtmitglieder ca. 27 €.

Abschließende Hinweise

1. Sonntägliche Wanderungen

Der Verein bietet allen Mitgliedern und interessierten Gästen an, an jedem zweiten und vierten Sonntag im Monat an einer ca. zweistündige Wanderung in den nahe gelegenen Wäldern der Haard und Hohen Mark teilzunehmen. Treffpunkt ist um 9.30 Uhr auf dem Parkplatz hinter dem Rathaus an der Adolf Grimme Straße.

2. Empfehlung zur Nutzung unserer Wassertretbecken

Klinikum Vest Marl - Paracelsus Klinik



Wassertretbecken mit Armbad und Kräutergarten

Marienhospital



Wassertretbecken mit Armbad, Barfußlaufen und Kräutergarten

Guido-Heiland Bad



Natur-Kneipp und Barfuß-Weg: Zum Wassertreten freier Zugang mit Mitgliedsausweis

Ich glaube, dass ich kein Heilmittel anführen kann, das sicherer heilt als das Wasser.

Sebastian Kneipp

**Geschäftsstelle des Kneipp-Vereins Marl e.V.
auf dem Gelände des Marien-Hospitals
Hervester Str.57
45768 Marl**

Tel.: 02365 / 502496
Fax: 02365 / 502498
E-Mail: kneippmarl@online.de
Internet: www.kneipp-marl.de

Sprech- und Bürozeit :
Mittwochs von 14:00 Uhr – 16:00 Uhr
Außerhalb der Ferienzeit

Bankverbindung: Volksbank Marl - Recklinghausen,
Konto: **IBAN** DE22 4266 1008 0328 5988 00