



aktiv & gesund Kiel e.V.

Geschäftsstelle: Königsweg 25, 24103 Kiel

Telefon: 0431 – 66 13 107

E-mail: [info@kneipp-kiel.de](mailto:info@kneipp-kiel.de) [www.kneipp-kiel.de](http://www.kneipp-kiel.de)

## Mitteilungsblatt für die Monate November, Dezember 2023 und Januar 2024

Liebe Kneipp-Freundinnen, liebe Kneipp-Freunde!

Es ist Herbst und der Winter naht. Wir reisen durchs Jahr, niemand kennt das Ziel.

Bleiben wir in Bewegung!

Wir freuen uns, dass wir wieder ein Gesundheitsprogramm anbieten, das niemanden überfordert:

Wir laden alle Mitglieder und Freund:innen der Naturheilkunde zu Wassergymnastik und QiGong, zu Wanderungen, Vorträgen und Sprechstunden ein.

Die Geschäftsstelle ist seit dem 1. Juli in den Königsweg 25 in der Kieler Innenstadt verlegt.

Alle Anfragen, Anmeldungen und Auskünfte gelingen über die oben angegebene Telefonnummer.

## November 2023

**Samstag 4. November 2023**, Kneippwanderung um den *Langsee*

Treffen um 12:00 Uhr an der Bushaltestelle `Am Langsee´ in der Preetzerstrasse (Linie 31/32/34).

Wir wandern an der Südseite zum Kuckucksberg, den wir umrunden und dann über die Au zur Preetzerstrasse aufsteigen. Etwas weiter östlich können wir zum Abschluß bei Steiskal im familia einen Kaffee trinken.

**Mittwoch 15. November 2023**, 15:00 Uhr, Beratungsstunde im Gemeinschaftsraum Prüne 23.

Herr Conradi beantwortet in gemütlicher Runde bei Tee und Gebäck Ihre medizinischen Fragen  
Kneippthema: *Gesundheitscheck – wie geht das?*

16:30 Uhr Atemgymnastik: mit Inge Unger im Anschluss an die Sprechstunde.

**Donnerstag 23. November 2023**, 18:30 Uhr *Heilende Gifte – Pflanzen mit Potential*

Vortrag von Dr. R. Laszig, Arzt, im Seminarraum der Pumpe; Eintritt € 5.-, € 3.- für Mitglieder

## Dezember 2023

**Freitag 1. Dezember 2023**, 19:00 Uhr *Entzündung und die naturheilkundliche Behandlung*

Vortrag von Dr. Friedrich Graf, Arzt, im Seminarraum der Pumpe;

Beitrag: Spende für Impfgeschädigte

**Mittwoch 6. Dezember**, 15:00 Uhr, Beratungsstunde Gemeinschaftsraum Prüne 23.

Wir besprechen in aufmerksamer Runde bei Tee und Gebäck medizinischen Fragen.

Kneippthema: *Natürlich süß! Zucker&Kakao?*

16:30 Uhr Atemgymnastik mit Inge Unger im Anschluss an die Sprechstunde.

**Donnerstag, 7. Dezember**, 15:00 Uhr Weihnachtskaffee in der Prüne 23 mit

*Kaffe und Gebäck, Gesang und Gedichten, Klönschnack und Neuigkeiten.*

**Sonnabend, 9. Dezember**, Wanderung zur *Oppendorfer Mühle*

Treffen: Bahnhof Raisdorf um 11.50 Uhr. Wir fahren ab dem Bahnhof Kiel mit der Bahn um 11.43 Uhr bis Bahnhof Raisdorf. Von hier wandern wir zur „Oppendorfer Mühle“  
Ankunft dort gegen 13.00 Uhr (Weglänge ca. 1 Stunde).

Zurück fahren wir mit der „Buslinie 22“ ab Klausdorf Schule um 15:40 Uhr /16:10 Uhr.

Weglänge von der „Oppendorfer Mühle ca. 50 Minuten.

# Januar 2024

**Mittwoch 10. Januar 2024**, 15:00 Uhr, Beratungsstunde Gemeinschaftsraum Prüne 23.  
Herr Conradi beantwortet in gemütlicher Runde bei Tee und Gebäck Ihre medizinischen Fragen.  
Kneippthema: *Fersensporn und Hühnerauge*  
16:30 Uhr Atemgymnastik mit Inge Unger, nach der Sprechstunde

**Sonnabend, 13. Januar 2024** Kneippwanderung an den *Drachensee*  
Treffen ist um 12:00 Uhr im Wulfsbrook, Bushaltestelle Schleswiger Str. der Linie 61/62. Wir wandern zwischen den Häusern zum Wasser auf der Nordseite entlang zur Eider. Über die Schafwiese gehen wir dann auf den Holzsteig und steigen am Ende zum Eiderkrug hinauf.

**Donnerstag, 18. Januar 2024** 16:00 Uhr Mitgliederversammlung Gemeinschaftsraum Prüne 23 zum Fortbestand des Vereins und zur Wahl neuer Vorstände laden wir alle Mitglieder und Freunde der Naturheilkunde ein.

**Donnerstag, 24. Januar** 18.30 Uhr Atherosklerose – wenn die Blutgefäße nicht mehr mitmachen Vortrag von Gerhard Winter, Physiker und Ingenieur aus Schleswig im Seminarraum der Pumpe, Haßstr. 22, 24103 Kiel. Eintritt € 5.-, € 3.- für Mitglieder

## Unsere wöchentlichen Aktivitäten

<u>Dienstag:</u>		Mitglieder	Nichtmitglieder
15:00 - 15:30 Uhr	Wassergymnastik, Städt. Krankenhaus	6,00 €	7,00€
<u>Mittwoch:</u>			
15:00 – 16:00 Uhr	med. Beratungsstunde Prüne 23 (jeden 2. Mi. im Monat)	kostenlos	3,00 €
16:30 – 17:30 Uhr	monatlich nach der Sprechstunde Atemgymnastik	2,00 €	3,00 €
14:00 – 15:00 Uhr	NordicWalk Schrevenpark (jeden Mittwoch, Treffpunkt Costello)	1,00 €	2,00 €
<u>Freitag:</u>			
10:00 – 11:00 Uhr	Qi Gong Körpertherapie, Prüne 23	5,00 €	7,00 €

Besuchen Sie auch unsere Seiten im internet unter [www.kneippverein-kiel.de](http://www.kneippverein-kiel.de), um Neuigkeiten und aktuelle Informationen zu bekommen. Hier finden Sie auch Bilder und weitere Nachrichten

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen und Vorhaben erfolgt auf eigenes Risiko.  
Der Kneipp-Verein Kiel e.V. kann keine Haftung übernehmen.

*Es grüßt Sie  
Ihr Vorstand!*

Bankkonto: Kieler Volksbank e.G.,  
IBAN: DE33210900070091405009, BIC: GENODEF1 KIL