

Garbsen e. V.

Mitglied im Kneipp-Bund Bundesverband für Gesundheitsförderung Jul/Aug/Sep

2022





Inhaltsverzeichnis

Neues aus dem Vorstand	3
Lutz (Schriftführer) stellt sich vor	4
Neuigkeiten	
Wir begrüßen neue Mitglieder	8
Regelmäßige Veranstaltungen im Kneipp-Treff	8
Weitere regelmäßige Veranstaltungen	8
Sonstige Veranstaltungen	
Anmeldepflichtige Kurse (vorherige Anmeldung erforderlich)	
Wanderungen "Die Leineschwalben"	10
Radtouren	10
Jahreshauptversammlung am 21.04.2022	12
Osterkaffee im Kneipp-Treff	13
Kneipp-Verein Garbsen fährt zur Rhododendron-Blüte ins Ammerland	15
Eröffnung der Wassertretanlage 2022	
Freiwilligentag der Stadt Garbsen	17
Wasserlied	18
Kneipp-Kontakt	
Wichtige Informationen für Mitglieder	



Neues aus dem Vorstand

Liebe Kneippianer!

Es scheint, als würde CORONA langsam in den Hintergrund treten. Jedenfalls gewinnen das gesellschaftliche Leben und die herbeigesehnten gesellschaftlichen Zusammenkünfte wieder an Bedeutung. Auch unser Verein konnte wieder viele Veranstaltungen mit großer Teilnehmerzahl durchführen. Als Beweis kann ich sogar schon dieses Heft vorweisen. Allein fünf Beiträge über Veranstaltungen, die durch oder mit den Mitgliedern des Kneipp-Verein Garbsen durchgeführt wurden,



sind enthalten. Ihr findet im aktuellen Heft schöne Erinnerungen an die Mitgliederversammlung, die einen großen kulturellen Teil beinhaltete, um die ausgefallene Weihnachtsfeier zu kompensieren. Weiter findet Ihr einen Beitrag von Ingrid Schmidt über die Reise zur Rhododendronblüte in Bad Zwischenahn und natürlich weitere Beiträge, die das Vereinsleben illustrieren. Außerdem wird eine Veranstaltung mit der Kräuterpädagogin Jenny Engelbrecht angekündigt. Lasst Euch von diesem neuen Angebot inspirieren und vergesst nicht die beiden bevorstehenden Reisen, die Freiwillige des Kneipp-Vereins für Euch organisiert haben.

Alles in Allem – wir haben schon im zweiten Quartal viel geschafft und haben noch viel mehr vor. Somit können wir uns auf das dritte Quartal 2022 freuen.

Eurer Lutz

Nächste Vorstandssitzung: 28.06.2022 18:00 Uhr!
Achtet bitte auch auf die Bekanntmachungen auf unserer Webseite.
Gäste sind herzlich willkommen und werden mit Vorschlägen gern gehört!



- Beratung, Planung und Integration von Hard- und Software
 - Netzwerkadministration
 - Telekommunikation
 - •IT-Sicherheit
 - Strategische Partnerschaften

Ihr Systemhaus für Hard- und Software

Kampweg 12 30823 Garbsen Telefon: 05137 98350-0

Besuchen sie uns unter www.dcd.de

Lutz (Schriftführer) stellt sich vor

Und nochmal: Hallo liebe Kneippianer, es kommt nicht oft vor, dass ich zwei einleitende Beiträge schreibe, aber diesmal gibt's die Ausnahme, da ich als Chefredakteur das Vorwort schreiben sollte und gleichzeitig eine kurze Vorstellung von mir bzw. meiner Tätigkeit im Vorstand. Ihr kennt mich sicher schon und wer mich noch nicht kennt, wird mich kennen lernen...



Ich möchte Euch hier ein bisschen von der Entstehung unseres Vereins-Magazin erzählen. Für zwei Produkte stehe ich als Schriftführer. Der Kiebitz, unser Mitglieder-Magazin, welches ich schon seit 2016 verantworte und wie ich glaube, mit gutem Erfolg. Vielleicht liegt es auch daran, dass ich ihn in enger Zusammenarbeit mit meiner Frau Manuela erstelle. Manuela erinnert mich an die Termine, sie treibt mich an, kümmert sich um die Daten, die ich für den Kiebitz benötige, kontrolliert und korrigiert und hatte bisher immer zuverlässig dafür gesorgt, dass alle Mitglieder den Kiebitz pünktlich durch die fleißigen Zusteller erhalten. Der Kiebitz entsteht abends, wenn ich nach meiner Arbeit nach Hause komme, am Notebook und es ist immer sehr mühevoll, die Daten zusammenzustellen, zu sortieren, die Berichte selbst zu erstellen oder Berichte von Mitgliedern zu bearbeiten, Bilder zu bearbeiten und auszuwählen und das Layout zu erstellen. Nicht zu vergessen, unsere Sponsoren wollen auch bedient werden und mit der korrekten Größe im Heft erscheinen. Spannend wird es immer, wenn der Kiebitz fertig layoutet ist und dann eine "ganz dringende" Information vorn rein muss. Dann wird immer das ganze Layout durcheinander gewürfelt. Trotzdem macht es mir jedes viertel Jahr Freude, den Kiebitz fertigzustellen. Falls Euch aufgefallen ist, dass ich zum Beispiel bei der Eröffnungsfeier der Wassertretanlage nur kurz anwesend war – ich habe unter anderem zu der Zeit genau an

diesen Zeilen gesessen, die Tabelle der Kneipp-Kurse aufgebaut und Fotos für die Webseite und für die Verwendung im Kiebitz sortiert.

Da ich von Produkten schrieb: Sinnvollerweise kümmere ich mich um die Webseite. Das muss ständig auf aktuelles Geschehen erfolgen. Wie ich auch feststellen kann, verzeichnet unsere Webseite steigende Zugriffszahlen. Daran merke ich, dass unsere Arbeit nicht vergeblich ist.

Fuer Lutz

Neuigkeiten

Hinweise von Hardy Wunder über seine Wanderungen

Bei den letzten Sonntagswanderungen wurde Hardy aus der Gruppe mitgeteilt, dass Wanderungen, die Steigungen beinhalten (Deister, Süntel, Osterwald,...) von mehreren Teilnehmern nicht mehr bewältigt werden können. Darum werden die zukünftigen Wanderungen mit Hardy nur noch auf flachen, ebenen Wegen führen. Auch die Anfahrt zu den Wanderstartorten mit Pkw kann wegen mangelnder Mitfahrgelegenheiten problematisch werden. In solchen Fällen wird spontan eine andere Wanderung, deren Startort mit Bus oder Bahn erreicht werden kann, angeboten. Dadurch kann eine eventuell geplante Einkehr nicht immer gewährleistet werden. Trotzdem freut ich Hardy mit Euch auf viele weitere Wanderungen!

> Neuer Radwanderführer und neue Radtouren

Wir können seit dem 2. Quartal dieses Jahres einen neuen Radwanderführer begrüßen. Jürgen Ludewigs ist ein erfahrener Radwanderführer, der bisher viele Jahre Radund Wandertouren für die Stadt Hannover geleitet hat. Er bietet für uns in diesem Quartal weitere Radtouren an. Bitte ehrt dieses Engagement mit reger Teilnahme und nehmt ihn freundlich in unserer Mitte auf. Meldet Euch bitte unter 0172 / 8938658 an. Die Touren findet ihr in der Tabelle "Radtouren". Beachtet bitte, dass einige Touren mit öffentlichen Verkehrsmitteln durchgeführt werden!

> Alle hier angegebenen Termine für Veranstaltungen gelten weiterhin nur unter Vorbehalt der Pandemie-Entwicklung.

Schützt Euch und lasst Euch impfen oder inzwischen auch boostern, sobald das für Euch möglich ist! Unabhängig davon gilt weiterhin, dass auch geimpfte infiziert werden können und somit andere infizieren oder auch selbst trotzdem noch erkranken können. Vielen Dank für Eure Unterstützung und Euer Verständnis!



Wildkräuterwanderung am 12.08.2022 um 10 Uhr mit Jenny ab Stadtpark Garbsen Du lernst die Schätze der Natur vor deiner Haustür zu erkennen & zu sammeln. Ich zeige dir welche Vitalstoffe in welcher Wildpflanze versteckt sind und wie du diese für dich nutzen kannst. Außerdem zeige ich dir eine Vielzahl an Rezepten und wie du aus essbaren Wildpflanzen köstliche, nährstoffreiche Mahlzeiten und Getränke zaubern kannst.

Dieses Erlebnis beinhaltet: Basiswissen essbare Wildpflanzen, Tipps und Tricks und Pflanzen sammeln, warum es jeder in seinen Alltag integrieren sollte, die 6 wichtigsten Pflanzen vor deiner Haustür, wie es zum Highlight in deiner Küche wird und eine

grandiose wilde Verköstigung.

Dauer: ca. 3 Stunden, mit Verköstigung & Unterlagen, Kosten: 30,- € pro Person und unbedingt anmelden bei Peggy 05137-818852.

Diese Veranstaltung ist nur für Mitglieder des Vereins, denn die Plätze sind auf 12 Teilnehmer begrenzt. Nach telefonischer Anmeldung sind die Kosten auf das Kneippkonto (Daten im Kiebitz hinten) unter Betreff "Wildwandern" und eurem Namen zu überweisen.

Wer ist Jenny Engelbrecht?

Kräuterpädagogin und zertifizierter Coach für essbare Wildpflanzen nach Dr. Markus Strauß



. Wir suchen Wander- und Radwanderführer

Liebe Mitglieder, wenn Ihr gern neue Wander- oder Radwandertouren in den Kneipp-Verein einbringen wollt, oder jemanden kennt, der dies gern tun würde, meldet Euch bei Manfred Windt. Aus Alters- und Krankheitsgründen können nicht mehr alle Wander- und Radwandertermine belegt werden.

Die Studien- und Kulturreise nach Winnerath konnte leider nicht durchgeführt werden. Dafür gibt es jetzt einen neuen Termin: 18.09.2022 – 24.09.2022 Die Reise enthält 6 Übernachtungen mit Halbpension im "Dreimäderlhaus" in Winnerath. Enthalten sind außerdem 5 Rucksackverpflegungen und alle Besichtigungen.

Reiseablauf: Anreise und Ortsbesichtigung, Fahrten nach Trier, nach Aachen, zur Eifeler Seenplatte im Nationalpark, nach Urft (Besichtigung des Regierungsbunkers), nach Königswinter und zum Drachenfels, dann Abreise.

Kosten: 595,- € Einzelzimmer, 570,- € Doppelzimmer (jeweils p.P.)

An- und Abreise mit der Bahn, Kosten werden noch bekanntgegeben, Touren ab Winnerath werden vor Ort abgerechnet.

Anmeldung bei Manfred Windt, Turmalinstr. 10, 30823 Garbsen

Verbindliche Anmeldung zur Kneipp-Studienreise 2022			
Einzelzimmer:	\bigcirc	Doppelzimmer:	\bigcirc
Name, Vorname:			
Anschrift:			
Telefon:		Unterschrift:	

Wir danken Mitgliedern für ihre tatkräftige, ehrenamtliche Unterstützung

Unser Dank gilt den fleißigen Helfern, die unsere Info austragen und den fleißigen Händen, die bei Veranstaltungen, beim Auf- und Abbau helfen, Kaffee und Kuchen verkaufen und denen, die leckeren Kuchen spenden. Selbstverständlich geht der Dank an alle Wander- und Radwanderführer und natürlich auch an die Mitglieder, die im Treff mit uns spielen, basteln, klönen und handarbeiten. Auch danken möchten wir denen, die im Treff die Informationsgespräche führen und Mitgliederdaten verwalten.

An die Pfleger unserer Wassertretanlage geht ebenfalls ein großer Dank! Euch ist es zu verdanken, dass unsere großartige Wassertretanlage immer noch in einem sehr guten Zustand ist und hervorragend zur Nutzung bereitsteht.

Ohne Euch fleißige ehrenamtliche Helfer wären viele Veranstaltungen nicht möglich.

Wir begrüßen neue Mitglieder

Yrida Berger & Harald Neumann, Regina & Manfred Lübke, Steffi & Michael Matthias, Karin & Axel Mengelkamp, Hans-Helmut Hoyer

Liebe Neumitglieder, wir begrüßen Euch recht herzlich und hoffen, Ihr fühlt Euch bei uns wohl. Für Fragen, Wünsche, Vorschläge wendet Euch gern an den Vorstand. Die Kontaktdaten findet Ihr auf Seite 17. Wir rufen weiterhin alle Mitglieder auf, sich aktiv für Nachwuchs einzusetzen, die Neumitglieder mit Rat und Tat zu unterstützen und die Aktivitäten des Vereins auch im persönlichen Umfeld zu verbreiten und bekannt zu machen.

Regelmäßige Veranstaltungen im Kneipp-Treff

Informationsgespräche zu Kneipp-Angeboten montags 10:00 – 12:00 Uhr

Peggy Ahlborn / Helga Ebner (in den ungeraden Wochen,

außer an Feiertagen oder nach Vereinbarung)

Mitgliederverwaltung und Sprechstunde Schatzmeister

(in den geraden Wochen,

Marianne Bockhorst

Manfred Windt

außer an Feiertagen oder nach Vereinbarung)

Vormittagstreff (Kniffelrunde)

dienstags 10:00 – 14:00 Uhr

montags 15:00 - 17:00 Uhr

Helga Ebner / Gitti Klabunde

Doppelkopf-Runde (Kneipp-Treff)

dienstags 14:300 Uhr 19.07./16.08./13.09.2022

Klönen und Spielen

mittwochs 14:00 – 17:00 Uhr

Regiena Maul / Helga Ebner / Ursel Ückert

(in den geraden Wochen)

Englisch mit Benita Schäfer

donnerstags 16:00-17:00 Uhr

Brush up your English. Let's chat. Schreibmaterial bitte mitbringen.

Bezahlung direkt vor Ort. Mitglieder 3,- €, Nichtmitglieder 4,- €.

BINGO

freitags 15:00 – 17:00 Uhr

Helga Ebner / Gitti Klabunde (in den ungeraden Wochen)

Weitere regelmäßige Veranstaltungen

Nordic-Walking

Die Nordic-Walkinggruppe trifft sich donnerstags und samstags um 09:00 Uhr auf dem Parkplatz der Schule Marienwerder.

Boulespielen

Die Bouleanlage steht allen Mitgliedern jederzeit zur freien Verfügung.

Sonstige Veranstaltungen

Spaziergänge mit Helga Ebner, Elisabeth Welzel und Ingrid Gerberding

11.07.2022 14:00 Uhr Parkplatz Rathaus Süd
 Stadtpark Garbsen zur Bäckerei "Langrehr" oder zum Eiscafé

- 25.07.2022 14:00 Uhr Parkplatz Rathaus Süd
 Park "Heidehaus" und Fuchsfeld, Kaffeetrinken bei Möbel Hesse
- 08.08.2022 14:00 Uhr ÜSTRA-Endpunkt Garbsen Tiergarten Hannover, Kaffeetrinken
- 22.08.2022 14:00 Uhr ÜSTRA-Endpunkt Garbsen Maschpark Hannover, Kaffeetrinken am Maschsee
- 05.09.2022 14:00 Uhr Parkplatz Rathaus Süd Garbsener Schweiz, Kaffeetrinken bei "Raute"
- 19.09.2022 14:00 Uhr ÜSTRA-Endpunkt Garbsen
 Berggarten Herrenhausen, Kaffeetrinken im "BarCelona"

06.08. und 08.10.2022 QiGong Spaziergänge mit Peggy

jeweils ab 16:00 Uhr, Treffpunkt WTA

Bitte beachtet, dass alle Veranstaltungen von der weiteren Entwicklung der Pandemie abhängen. Es müssen immer die dann aktuellen Regeln und Beschränkungen beachtet werden. Veranstaltungen und Kurse sind anmeldepflichtig!

Anmeldepflichtige Kurse (vorherige Anmeldung erforderlich)

Kurs Leitung	Zeit Ort	Kurs- Nr.	Termine	UE	Kos- ten ²⁾
Wassergymnastik	dienstags 14:00-14:45 Uhr	4130	06.09	6	7,00€
Nadine Reckert	Lehrschwimmb. Osterbergschule		11.10.2022		(10 €)
Wassergymnastik	dienstags 15:00-15:45 Uhr	4330	06.09	6	7,00 €
Nadine Reckert	Lehrschwimmb. Osterbergschule		11.10.2022		(10 €)
Gymnastik & Entspannung	donnerstags 09:30-10:30 Uhr	2330	01.09	7	5,00€
Peggy Ahlborn	Kneipptreff		13.10.2022		(7,50€)
Qigong	donnerstags 17:45-18:45 Uhr	2430	01.09	7	5,00€
Peggy Ahlborn	Stadtpark Garbsen		13.10.2022		(7,50 €)
Yoga	montags 17:00-18:15 Uhr	2030	25.7	10	5,00€
Anna Relge	Kneipptreff		26.9.2022		(7,50€)
Yoga	montags 18:30-19:15 Uhr	2130	25.7	10	5,00€
Anna Relge	Kneipptreff		26.9.2022		(7,50€)
Wirbelsäulengymnastik	montags 19:00-20:00 Uhr	1130	29.8.2022-	6	5,00€
Kathrin J. Heinze	Saturnringschule		101.10.2022		(7,50 €)
Wirbelsäulengymnastik	montags 20:00-21:00Uhr	1230	29.8.2022-	6	5,00€
Kathrin J. Heinze	Saturnringschule		10.10.2022		(7,50€)

Weitere Termine liegen derzeit noch nicht vor, können dann auf der Webseite eingesehen oder bei Peggy telefonisch erfragt werden!

Alle Kurse sind aufgrund der Corona-Regeln anmeldepflichtig bei Peggy Ahlborn (05137 818852) für die Dokumentation. Auch langjährige Mitglieder müssen sich aufgrund der Teilnehmerbegrenzung bitte anmelden!

Bitte denkt daran, auf allen Kursanmeldungen die korrekte IBAN einzutragen, auch wenn Ihr sie in der Vergangenheit schon Mal angegeben hattet.

Wanderungen "Die Leineschwalben"

Datum Uhrzeit	Treffpunkt	Ziel	Wander- führer	Kosten- beitrag
06.07.2022 13:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Döhrener Turm, zur Leine und weiter zum Wiesendach- haus (7 km)	Herbert Ergezinger	Ticket Zone A/B
17.07.2022 10:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Bokeloh über Husum, Heye See und zurück (15 km)	Hardy Wunder	4,50 €
20.07.2022 13:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Kirchröder Turm, durch die Eilenriede zum Milchhäus- chen (6 km)	Manfred Windt	Ticket Zone A/B
03.08.2022 13:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Döhrener Turm, zum Masch- see, weiter zum Aegi, Einkehr im "Extrablatt" (6 km)	Manfred Windt	Ticket Zone A/B
07.08.2022 10:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Fuhrberg durch das Ahrens- nestgehäge und zurück (15 km)	Hardy Wunder	3,50 €
17.08.2022 13:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Aegi, durch Maschpark zum Maschsee und einmal rum (7 km)	Herbert Ergezinger	Ticket Zone A/B
21.08.2022 10:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Wunstorf über Bokeloh, Messmerode, durch das Hohe Holz (15 km)	Hardy Wunder	3,-€
31.08.2022 13:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Döhrener Turm, Bischhofshol, Kirchröder Turm zum Lönspark (7 km)	Manfred Windt	Ticket Zone A/B
14.09.2022 13:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Nordhafen, über Mecklenheider Forst, MLK, zur "BarCelona" (6 km)	Manfred Windt	Ticket Zone A/B
18.09.2022 10:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Negenborn, um den Brelinger Berg (15 km)	Hardy Wunder	3,50€
28.09.2022 13:00	ÜSTRA-Endpunkt Planetencenter	Herrenhäuser Markt, über das Fössefeld zum Café "K" (7 km)	Manfred Windt	Ticket Zone A/B

Bitte beachtet Hardy Hinweise zu seinen Wanderungen unter "Neuigkeiten" auf Seite 5!

Radtouren

Datum Uhrzeit	Treffpunkt	Ziel	Wanderführer
03.07.2022 11:00	IGS Meyenfelder Str.	über Luthe nach Haste (55 km)	Manfred Bojahr
10.07.2022 10:00	Möbel Hesse Lokomotive	Silbersee, Langenhagen (ca. 40 km)	Jürgen Ludewigs
17.07.2022 11:00	IGS Meyenfelder Str.	Osterwald, Otternhagen, Basse, Mariensee, Eilvese, Obsthof "Rieke" (63 km)	Manuela Lange

Datum Uhrzeit	Treffpunkt	Ziel	Wanderführer	
24.07.2022 10:00	Möbel Hesse Lokomotive	nach Misburg zum Blauen See (ca. 55 km)	Edwin Münkel	
27.07.2022 13:00	IGS Meyenfelder Str.	MLK, Hainholz, Burg, Georgengarten, Steintormasch (30 km)	Manuela Lange	
31.07.2022 11:00	IGS Meyenfelder Str.	über Redderse nach Wennigsen (60 km)	Manfred Bojahr	
07.08.2022 11:00	Möbel Hesse Lokomotive	Schwarze Heide, Herrenhäuser Gärten, Maschsee, Ricklingen, Empelde (50 km)	Manuela Lange	
10.08.2022 13:00	IGS Meyenfelder Str.	Meyenfeld, Horst, SchloRi, Luthe Café "Storchennest" (30 km)	Manuela Lange	
14.08.2022 10:00	Möbel Hesse Lokomotive	MLK, Anderten, Kronsberg, Wülfel, Maschseee, Herrenhausen (ca. 60 km)	Jürgen Ludewigs	
20.08.2022 (Sa) 10:00	Möbel Hesse Lokomotive	Letter, Ahlem, Lanthe, Gehrden, Wennigsen, Barsinghausen (ca. 60 km) zurück mit der Bahn	Jürgen Ludewigs	
28.08.2022 11:00	IGS Meyenfelder Str.	über Poggenhagen nach Schneeren (60 km)	Manfred Bojahr	
04.09.2022 11:00	IGS Meyenfelder Str.	Lohnde, Gümmer, Kolenfeld, Ban- torf, Barsinghausen (55 km)	Manuela Lange	
07.09.2022 13:00	Möbel Hesse Lokomotive	Rund um Garbsen (30 km)	Manuela Lange	
11.09.2022 11:00	Möbel Hesse Lokomotive	über Limmer nach Pattensen (60 km)	Manfred Bojahr	
18.09.2022 10:00	Hbf. Hannover, am Reiterdenk- mal	Ab Völksen, Alvesrode, Wiesentge- hege, Jagdschloss (ca. 40 km) nach Völksen und zurück mit der Bahn	Jürgen Ludewigs	

Gäste sind unter den gegebenen Umständen je nach aktueller Situation willkommen! Eine Einkehr ist in den meisten Fällen vorgesehen, aber nicht immer sicher. Deshalb ist eine eigene Verpflegung, insbesondere Getränke, sinnvoll.

Liebe Wanderfreunde und Radler! Ihr könnt Euch an die Wanderführer wenden.

Hardy Wunder: 05131 92295
Manfred Windt: 05131 95525
Kurt Zimmermann: 05137 71569
Manuela Lange: 05131 5029020
Jürgen Ludewigs: 0172 8938658
Manfred Bojahr: 05131 1551
Edwin Münkel: 0173 7788871

Aktualisierungen findet Ihr auf der Webseite: www.kneipp-garbsen.de
Das nächste Wanderführertreffen findet am 05.09.2022 15:00 Uhr im Kneipp-Treff statt!

Jahreshauptversammlung am 21.04.2022

von Lutz Lange

Wie jedes Jahr treffen sich die Kneipp-Mitglieder zu einer Mitgliederversammlung. In diesem Jahr wurde die Gelegenheit genutzt, die ausgefallene Weihnachtfeier nachzuholen und für entsprechende Kulturprogramm-Acts wurde gesorgt.



Die Mitgliederversammlung ist entsprechend der Tagesordnung abgelaufen. Nach dem Bericht der Vorsitzenden, wurde eine Schweigeminute zu Ehren der verstorbenen Mitglieder gehalten. Anschließend wurden die neu hinzugekommenen Mitglieder begrüßt, Mitglieder, die Ehrenämter, wie WTA-Pfleger und Kiebitz-Austräger ausüben, geehrt und gedankt, sowie Jubilare mit 25jähriger Mitgliedschaft.

Steuern? Wir machen das.

VLH.

Vereinigte Lohnsteuerhilfe Astrid Gehrke Hauptstr. 374, 30826 Garbsen BST 3101 RB 350 Tel.: 05131-456881

E-Mail: Astrid.Gehrke@VLH.de



www.vlh.de

Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

Nach dem Bericht der Schatzmeisterin und dem Vorschlag des Haushaltsplanes kamen die Kassenprüfer zu Wort. Alle Berichte wurden einstimmig durch die Mitglieder angenommen. Danach berichteten weiter Mitglieder über weitere Aktionen und Planungen des Vereins.

Nach dem offiziellen Teil der Mitgliederversammlung begann der unterhaltsame Teil mit einem wunderbaren und sehr umfangreichen Buffet. Die Show-Teile wurden durch Mitglieder der Tanzschule "Kressler" und durch den Verein "Leselust" gestaltet. Den Auftakt machten Tanzschüler mit einem rhythmischen Formationstanz verschiedener Tanzstile unter Leitung von Martina Kressler, anschließend zeigen Amateure verschiedene



Showtänze und zum Schluss präsentierte ein Meisterpaar einen sehr emotionalen Leistungstanz. Alle Vorführungen waren großartig und wurden von den Kneipp-Mitgliedern begeistert gefeiert. Dass medizinischen Studien zufolge Tanzen mehr als nur Bewegung, sondern auch ein hervorragendes Vorbeugungsmittel gegen Demenz ist, passt natürlich bestens zum Gesundheitskonzept der Säulen des Kneippens.

Aus dem Verein "Leselust" besuchten uns drei Mitglieder und brachten sehr unterhaltsame, lustige Texte vor, die mit Gelächter und Beifall aller Zuhörer belohnt wurden. So klang ein sehr angenehmer Abend gegen 21:30 Uhr aus und alle Mitglieder waren froh, die Erleichterungen, die trotz der immer noch grassierenden Pandemie gestattet waren, nutzen zu können. Wir hoffen alle, dass das Vereinsleben damit auch einen neuen, schwungvollen Anfang nehmen kann.

Osterkaffee im Kneipp-Treff

von Lutz Lange

Wir sind immer noch mitten in der Corona-Pandemie, da aber alle Mitglieder inzwischen geboostert sind und selbstverständlich alle Hygieneregeln eingehalten werden, konnte nach langer Zeit wieder ein großes Treffen im Kneipp-Treff stattfinden. 26 Mitglieder fanden sich zum Osterkaffee am 02.04.2022 ein. Ein Zeichen, wie sehr die Mitglieder die gemeinsamen Aktionen, das gemeinsame Beieinandersitzen und Klönen herbeisehnten. Helga und ihre Helfer, Manuela, Regiena und Gerda, bereiteten ab 13:00 Uhr alles vor, bauten das Buffet mit vielen gespendeten Torten, Kuchen und auch herzhaften Broten auf, kochten Kaffee und Tee, stellten auch kalte Getränke bereit und empfingen die Mitglieder, die pünktlich zum geplanten Beginn eintrafen.



Das Buffet musste sich nicht langweilen und wurde deutlich geschmälert – was natürlich alle, insbesondere aber die Spender, sehr freute. Die Tische waren schön mit Osterdekoration gedeckt und so konnte man nach dem Weg durch Schnee und Kälte vom Frühling träumen. Tatsächlich hatte es zwei Tage zuvor heftig gescheit und den Vorfrühling wieder vertrieben, was natürlich der Stimmung keinen Abbruch tat. Die Mitglieder unterhielten sich und lauschten den vorgetragenen Geschichten. Die Veranstaltung war so angenehm, dass die Mitglieder über das geplante Ende blieben und erst nach 17:30 Uhr den Treff verließen. Hoffen wir, dass in diesem Jahr das Vereinsleben so schwungvoll fortgesetzt werden kann, wie es diese Veranstaltung andeutete.



Kneipp-Verein Garbsen fährt zur Rhododendron-Blüte ins Ammerland

von Ingrid Schmidt

Am 17. Mai 2022 machten sich 52 Kneippianer bei herrlichem Wetter auf ins Ammerland zur Rhododendron-Blüte. In Bad Zwischenahn empfing ein Reiseführer die Gruppe, um in einer ca. 2-stündigen Rundfahrt alles Wissenswerte über Land-, Forst- und Baumschulwirtschaft, die diese Kulturlandschaft prägen, zu vermitteln.



In keiner anderen Region Deutschlands finden sich geballt so viele Baumschulen wie im Ammerland. Vor 200 Jahren brachte Großherzog Peter Friedrich Ludwig die Rhododendronpflanzen nach Rastede, sein damaliger Hofgärtner Christian Ludwig Bosse kümmerte sich um die Vermehrung der ursprünglich asiatischen Pflanzen, die erste Baumschule entstand.

Vom Bus aus konnten die Teilnehmer nicht nur die Farbenpracht bestaunen, sondern sich auch einen Einblick über das Ausmaß des Container-Versands verschaffen.

Es schloss sich der Besuch in Hobbies Rhododendronpark an. Es ist Deutschlands größter Park dieser Art und soll unter Fachleuten einer des schönsten Europas sein.

Unter dem Schutz hoher Kiefern und z.T. exotischer Nadel- und Laubgehölze stehen tausende Rhododendron in allen Farben, Formen und Variationen, bis zu 10 m hoch.

Die farbenfrohe Blütenpracht lud zum Fotografieren ein.

Bevor es zurück nach Garbsen ging, gab es in Bad Zwischenahn die Möglichkeit zu einem Bummel durch den Ort. Wer wollte, konnte aber auch ein nettes Café besuchen oder in den bekannten Spieker, der ältesten Gaststätte am Zwischenahner Meer, einkehren. Die Reiseteilnehmer traten zufrieden mit vielen Eindrücken die Heimreise an.

Eröffnung der Wassertretanlage 2022

von Lutz Lange

Dieses Jahr konnten wir endlich wieder die Eröffnung unserer Wassertretanlage feiern. Die Corona-Bedingungen hatten nichts dagegen und das Wetter offenbar auch nicht. Es

war nicht zu heiß und auch nicht zu kalt, selbst der Regen hielt sich für die Zeit der Feier zurück. Und ein bisschen Wind hat noch keinen Kneippianer geschreckt. Über sechzig Teilnehmer fanden sich ein. Die vielen fleißigen Helfer bereiteten den Tag gut vor, Bratwürste, Salate und viel Kuchen wurden für den großen Appetit der Kneippianer organisiert, natürlich auch heiße und kalte Getränke.



Die hohe Wertigkeit unseres Tuns als Verein wurde auch durch den Besuch des Bürgermeisters der Stadt Garbsen, Claudio Provenzano, unterstrichen.

Nach der Eröffnungsrede der 1. Vorsitzenden, Peggy Ahlborn, richtete der Bürgermeister ein paar freundliche Worte an alle Anwesenden. Danach wurde der Grill angeheizt und die frischen Bratwürste fanden mit Brot oder verschiedenen Salaten großen Anklang. Auch der von den Mitgliedern gespendete Kuchen war sehr lecker und wurde den fleißigen Helfern sehr gut abgenommen. Die Eröffnungsfeier wurde durch eine Regenwolke



kurz unterbrochen und konnte danach wieder mit Sonnenschein und Kindern aus der Tanzschule Tanzlust fortgesetzt werden. Die Kinder hatten zwei kleine Stücke einstudiert und mimten Fleißbienen und Ponys. Damit bereiteten sie allen Beteiligten und Zuschauern viel Freude. Somit zeigte sich wieder, dass der Kneipp-Verein nicht nur das strenge

Regime der Gesundheit, sondern auch die Fähigkeit zur lustvollen Unterhaltung mit gutem Essen versteht.

Freiwilligentag der Stadt Garbsen

von Lutz Lange

Für den 14.05.2022 wurde von der Stadt Garbsen der "7. Garbsener Freiwilligentag" ausgerufen, an dem sich auch der Kneipp-Verein Garbsen mit zahlreichen Teilnehmern beteiligte. Tatsächlich fanden sich zum Samstagmorgen gegen 10:00 Uhr rund zwanzig Freiwillige am Wassertretbecken ein, um Beete zu pflegen und Müll zu sammeln. Schnell verteilten sich die Gruppen für die Beet-Pflege und die Müllsammelgruppe und begannen mit ihren Arbeiten. Schnell wurde allen warm, da es einerseits die Arbeit und weiter auch die immer stärker strahlende Sonne verursachte. Der Garbsener Lions-Club besuchte die Freiwilligen-Gruppen, so auch uns, und brachten zur Stärkung, zur Motivation und als Dank Muffins mit und verteilten Lose, die an der abendlichen Dankeschön-Feier im Rathaus der Stadt Garbsen ausgelost wurden. Auch der Bürgermeister, Claudio Provenzano,

stattete uns einen Besuch ab. Da alle Teilnehmer fleißig waren, wurden die Arbeiten schnell erledigt und nach ein paar Stunden strahlte die kneippsche Wassertretanlage und der Boule-Platz sowie die Umgebung des Stadt-Parks wieder in neuer Schönheit. Danke von hier aus an alle Helferl



Wasserlied

Geschrieben von Dieter Albrecht, anlässlich der Feier zum 10jährigen Bestehen unserer Wassertretanlage am 23. April 2016.

Wasser ist zum Waschen da,
falleri und fallera
auch zum Zähneputzen kann man es benutzen
Wasser braucht das liebe Vieh
fallera und falleri
selbst die Feuerwehr benötigt Wasser sehr

Wasser ist zu mehr noch da falleri und fallera und das Kneippsche Becken, will alle Sinne wecken Dafür gibt's den Kneipp-Verein falleri und fall nicht rein ist das Becken leer, so schmerzt das alle sehr

Wasser kühlt so wunderbar falleri und fallera grad bei warmen Füßen kannst du es genießen Wasser, das vergisst Du nie fallera und falleri selbst das kleinste Glied, hat kaltes Wasser lieb.

Wasser ist für alle da falleri und fallera sendet kalte Grüße ans Herz und an die Füße Wasser hilft dir, aber wie! fallera und falleri hält dich stark und schön, du musst nur darin geh'n.

Wasser ist zum Treten da falleri und fallera kannst auch drin verweilen, musst dich nicht beeilen. denke an den Kneipp-Verein falleri und fall nicht rein verehrtes Publikum, nun tritt mal darin rum.

neipp-Bund e.V. - 15'/06/2018

Aufnahmeantrag



Hiermit beantrage/n ich/wir eine Mitglieds	chaft im		
Kneipp-Verein Garbsen			
ab zum Mitgliedsk	oetrag (Mindestmi	tgliedschaft 1 Jahr) vo	on:
☐ Einzelperson € 36,- pro Jahr ☐ Fai	milie € 48,- pro J	ahr 🗆 Fördermitgli	ed € pro Jahr
☐ Jugend	id € pro Ja	ahr ☐ Einrichtung/	Betrieb € pro Jahr
Name der Einrichtung/des Betriebs			
Nachname	Vorname		geb. am
ggf. Partner/-in Nachname	Vorname		geb. am
Straße	PLZ	Ort	
Telefonnummer (freiwillige Angabe)	E-Mail-Adresse (fre	eiwillige Angabe)	
Kinder unter 18 Jahren können beitragsfrei in	die Familienmitglied	ischaft aufgenommen w	rerden:
ggf. Kind Nachname	Vorname		geb. am
ggf. Kind Nachname	Vorname		geb. am
ggf. Kind Nachname	Vorname		geb. am
Mit meiner/unserer Mitgliedschaft erkenne des Kneipp-Bund e.V. (einzusehen unter in der jeweils gültigen Fassung an. Der Be enthalten.	https://www.kneip	pbund.de/wer-wir-sin-	d/satzung-organigramm/)
Ich/Wir bin/sind damit einverstanden, das schutzgesetze gespeichert und verarbeite gemäße Zwecke des Kneipp-Vereins und Weitergabe der Daten an Dritte z.B. für W	et werden. Die Nut des Kneipp-Bund	tzung erfolgt ausschlie d e.V. mit seinen Unte	eßlich für satzungs-
Ich/Wir bestätige/n, dass ich/wir die Informgemäß Art.13 DS-GVO erhalten habe/n.	nationen des Kne	ipp-Vereins zum Umg	gang mit den Daten
☐ Ich/Wir willige/n ein, dass die freiwillig werden dürfen. Diese Einwilligung kan die Zukunft durch eine Anzeige an der genügt jeweils eine E-Mail).	n/können ich/wir j	ederzeit ganz oder te	ilweise mit Wirkung für
Ort Da	utum Un	terschrift (bei Minderjährige	en gesetzi. Vertreter)
	itum ggf	f. Unterschrift Partner/-in	
Auszufüllen vom Kneipp-Verein: Lieferung des Kneipp-Journals per Einze	elversand □ Fracht	tversand	
DS-F3			V2018-06-15



SEPA-Lastschriftmandat

Name des Zahlungsempfängers:
Name des Knelpp-Vereins
Anschrift des Zahlungsempfängers:
Straße und Hausnummer des Kneipp-Vereins
PLZ und Ort des Kneipp-Vereins
Gläubiger-Identifikationsnummer:
Mandatsreferenz:
für Mitgliedschaft von: Name des Mitglieds bzw. Hauptmitglieds
SEPA-Lastschriftmandat:
Ich/Wir ermächtige/n den oben genannten Zahlungsempfänger, Zahlungen von meinem/unserem Kontomittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise/n ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die vom oben genannten Zahlungsempfänger auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.
Hinweis: Ich/Wir kann/können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.
Zahlungsart: Wiederkehrende Zahlung Einmalige Zahlung
Name des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber/-in):
Name des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber/-in)
Bankverbindung des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber/-in):
IBAN III
BIC (Angabe des BIC kann entfallen, wenn die IBAN mit DE beginnt)
Ort Datum (TT.MM.JJJJ)
Unterschrift/en des/der Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber/-in)
DS-F4 V2018-6-15

Kneipp-Kontakt

Der Vorstand

- 1. Vorsitzende: Peggy Ahlborn (2. v. l.)

Tel: 05137 818852; eMail: peggy.ahlborn@kneipp-garbsen.de

- 2. Vorsitzende und Schatzmeisterin: Marianne Bockhorst (8. v. l.)

Tel: 05137 122908; eMail: mk.bockhorst@t-online.de

Schriftführer: Lutz Lange (3. v. l.)

Tel: 05131 5029020; eMail: lutz.lange@kneipp-garbsen.de

- Beisitzer (Presse): **Ursula Bothe** (5. v. l.)

Tel: 05137 9387310; eMail: ursula.bothe@kneipp-garbsen.de

- Beisitzer (Kindergärten): Hans-Gert Kalt (6. v. l.)

Tel: 05131 92914

- Beisitzerin (Redaktion): Manuela Lange (4. v. l)

Tel: 05131 5029020; eMail: manuela.lange@kneipp-garbsen.de

Beisitzerin (Kneipp-Treff): Helga Ebner (1. v. l.)
 Tel: 05131 8493; eMail: info@kneipp-garbsen.de

- Beisitzerin (Social Media): Jule Ahlborn (7. v. l)

Tel: 0152 24387283; eMail: jule.ahlborn@kneipp-garbsen.de



Vereinsanschrift

Kneipp-Verein Garbsen e. V. Berenbosteler Str. 76

30823 Garbsen

Tel: 05137 9834484

eMail: info@kneipp-garbsen.de

Web: http://www.kneipp-garbsen.de

Kneipp-Treff

Kohake-Center, Berenbosteler Str. 76b, 30823 Garbsen

Tel: 05137 983448-4 / -5; Fax: 05137 983448-6

Redaktion

Verantwortlich für Inhalt und Gestaltung: Lutz und Manuela Lange

Bilder/Beiträge: Lutz Lange, Peggy Ahlborn, Ingrid Schmidt

Korrektur gelesen: Jule Ahlborn

Auflage: 1000 Exemplare

Erscheinungsweise: quartalsweise, jeweils im Januar, April, Juli und Oktober

Redaktionsschluss für die nächste Mitgliederinfo: 05.09.2022

Webseite: www.kneipp-garbsen.de

Die abgebildeten Personen haben ihr Einverständnis zur Veröffentlichung hier im Heft und auf der Kneipp-Garbsen-Webseite gegeben. Jegliche andere Verwendung bedarf einer zusätzlichen Einverständniserklärung.

Die Rechte der Bilder und Texte verbleiben beim jeweiligen Autor.

Die Redaktion behält sich das Recht vor, eingereichte Beiträge redaktionell zu bearbeiten.

Wichtige Informationen für Mitglieder

Vergünstigungen für Mitglieder

Mitglieder erhalten in der **Landgrafen-Therme**, Bad Nenndorf, 10% Rabatt bei Vorlage des Mitgliedsausweises.

Im Fitnessclub Future spart Ihr 50,- € der Aufnahmegebühr von 99,- €.

Der Kneipp-Treff im Kohake-Center ist jeweils montags zu den o. a. Zeiten geöffnet.

Peggy Ahlborn und Marianne Bockhorst kümmern sich um Organisatorisches.

Darüber hinaus ist der Kneipp-Treff zu Zeiten von Veranstaltungen geöffnet.

Wir bitten darum, die Kurse im Kneipp-Treff nicht zu stören.

Der Kneipp-Treff kann auch von Mitgliedern für private Veranstaltungen genutzt werden. Der Preis pro begonnene Stunde beträgt 7,50 €. Getränke können zu den üblichen Preisen erworben werden. Hilfe durch unsere ehrenamtlichen Mitglieder kann gegen eine entsprechende Aufwandsentschädigung erbeten werden.

Unsere Schatzmeisterin Marianne Bockhorst bittet darum, dass alle Mitglieder stets die aktuelle Bankverbindung als IBAN sofort melden, da eine Rücklastschrift viel Arbeit und Bankgebühren verursacht. Bitte eine Kopie der EC-Karte (beide Seiten) vorlegen! Bitte informiert Marianne auch über Änderungen Eures Familienstandes, da sich dadurch natürlich der Beitrag ändert.

Spendenbescheinigungen benötigt Ihr nicht, die Finanzämter erkennen Kontoauszüge an.

Bei Fragen könnt Ihr Euch an Marianne wenden, jeweils montags in den geraden Wochen und nach Vereinbarung.

Zweck des Vereins:

Gesundheitsförderung nach der Lehre Sebastian Kneipp.

Unsere Aktivitäten:

Wandern, Radfahren, Nordic Walking, Besichtigungen, Reisen, Vorträge, geselliges Beisammensein, Klönen und vieles mehr!

Kurse:

Funktionstraining, Wirbelsäulengymnastik, Entspannungsübungen, Yoga, Bewegung und Wassergymnastik, Qigong, Funktions- und Wirbelsäulengymnastik, Gedächtnistraining, Ernährungs- und Gesundheitsberatung, Präventionsgymnastik, Rücken 3D. Genaueres findet Ihr im Kursplan!

Bouleanlage (Nutzungsmöglichkeiten)

Die Bouleanlage kann von jedem Mitglied, auch gern mit Freunden und Gästen, genutzt werden. Alles, was benötigt wird (Kugeln, Maßbänder, Harke usw.), befindet sich in einer Kiste am Wassertretbecken. Diese ist mit einem Zahlschloss gesichert. Der Code kann bei Helga Ebner (Tel: 05131 8493) erfragt werden.

Jahresbeitrag:

Einzelmitglieder: 36,00 EUR Paare/Familie: 48,00 EUR Darin enthalten sind:

- monatliche Zustellung der Verbandszeitschrift
- 1/4 jährliche Zustellung der Vereinsnachrichten mit Informationen über die Aktivitäten und Kurse im Verein
- Ermäßigung bei den Kursgebühren
- sowie die o. g. Vergünstigungen für Mitglieder (siehe oben)

Bankverbindung des Kneipp-Vereins

IBAN: DE09 2505 0180 2035 9024 81

BIC: SPKHDE2HXXX

RedaktionLutz und Manuela LangeTel: 05131 5029020undRote Reihe 25Mob: 0172 3922061Gestaltung:30827 Garbsenlutz.lange@kneipp-garbsen.de









Hannoversche Str. 19 • 30926 Seelze • Tel. 05137 - 3100



www.rilling-partner.de

www.hausgeraete-seelze.de www.iq-rilling-partner.de





Unterhaltungselektronik • Küchen-Einbaugeräte • Haushaltsgeräte Ersatzteile • Kundendienst • Verkauf



SERVICE, OHNE WENN UND ABER.