

Kneipp-Verein Weißenburg e.V. * Eichstätter Straße 58 * 91781 Weißenburg



Liebe Kneippianer

Im Kneipp-Bund e.V.
Bundesverband für
Gesundheitsförderung
Weißenburg e.V.
Eichstätter Straße 58
91781 Weißenburg

Tel. 09141 / 81632

Fax 09141 / 81634

Email:

kneippverein@eisenbrand-events.de

www.kneippverein-weissenburg.de

Weißenburg, 01.07.2021

Monatsbrief Juli August 2021

„Dem Hause am nächsten stand in den guten alten Zeiten der Holunderbusch; jetzt ist er vielfach verdrängt und ausgerottet. Es sollte kein Wohnhaus geben, wo er nicht gleichsam als Hausgenosse in der Nähe wäre oder wieder in die Nähe gezogen würde, denn am Holunderbaum sind wirksam die Blätter, die Blüten, die Früchte, die Rinde und die Wurzeln.... Weil man sich an die überaus guten Dienste des Holunderbaumes, dieses treuen und früher so geachteten Hausfreundes nicht mehr erinnerte, deshalb hat man ihn vielfach verworfen. Dass der alte Freund wieder zu neuem Ansehen kommen möchte!“

Holunder- und Lindenblüten fanden sich auf dem Land in jeder Hausapotheke gegen Erkältungen und Husten. Holunderbeeren bzw. Holunderschnaps oder -wein sollen auch bei Magenbeschwerden helfen. Auch ein gutes Blutreinigungsmittel soll Holundersaft sein, dies könnte mit seiner in höheren Dosierungen leicht abführenden Wirkung zusammenhängen.

„Die Vögel selbst suchen noch überall den Holunderbaum auf, um ihr Blut zu reinigen.“ (S. Kneipp)



Liebe Mitglieder,

im Jubiläumsjahr zitiere ich Sebastian Kneipp sogar dreimal. Wer schon einmal Pfannkuchen mit eingebackenen Holunderblüten gegessen oder den stark rot gefärbten Holundersaft getrunken hat, hat seiner Gesundheit viel Gutes getan. Vielleicht richten wir unser Augenmerk wieder vermehrt auf die Früchte der Natur, die meist schon in Vergessenheit geraten sind.

Ich habe heute sehr viel Freude daran, den Monatsbrief zu verfassen. Die Sieben-Tage-Inzidenzen im Freistaat und auch bundesweit sinken weiterhin. Auch in unserem Landkreis liegen die Werte weit unter der 20-er Marke. Die Lockerungen ermöglichen uns nun, wieder mit einigen Aktivitäten durchzustarten.

So können sich alle unsere **Walking-Gruppen** ohne Gruppengrößenbeschränkung wieder treffen.

Und wir haben im **August** wieder eine Wanderung im Angebot:

Mi., 04.08.2021 **Wanderung** mit Team R.Hessel/Schneider/Rührer
10.00 Uhr Treffpunkt **Seeweiher**-Parkplatz, Weißenburg. Fahrgemeinschaften.
Wir fahren von Weißenburg nach Spalt (Parkplatz am Kornhaus). Von hier aus führt uns der Wanderweg entlang der Fränkischen Rezart durch das wildromantische Blumenthal. Mittags verwöhnen wir uns im Gasthof Blumenthal.
Der Wanderweg (ca. 9 km) weist nur geringe Steigungen auf. Mit gutem Schuhwerk ist die Gehzeit von ca. 2.5 Std. sehr gut zu bewältigen. Natürlich wird es nach Bedarf noch eine Kaffeepause geben.
Kontakt bei Rückfragen: Karl Heinz Schneider 09141-5203

**„Der Sinn des Reisens ist, an sein Ziel zu kommen,
der Sinn des Wanderns ist, unterwegs zu sein.“ (Sebastian Kneipp)**

Nachdem wir 2020 keine Jahreshauptversammlung abhalten konnten, wird für beide Jahre 2020/2021 unsere Versammlung vom November 2021 auf den **August vorgezogen**.

Sa., 28.08.2021 **Jahreshauptversammlung 2020/2021 mit Neuwahlen**
14.30 Uhr Beginn Gasthaus Casino, Nürnberger Straße 25, Weißenburg
Tagesordnung siehe Presse.

Aktuell dürfen sich 50 Personen in einem geschlossenen Raum aufhalten.
Die Versammlung wird maximal zwei Stunden dauern.
Es würde mich freuen, wenn Sie, liebe Mitglieder, bei den Neuwahlen Ihrer Vorstandschaft anwesend sein können.

Im Jubiläumsjahr hat das Team der **Einhorn-Apotheke** ein **schönes Schaufenster** dekoriert. Unterstützung haben wir auch von der Firma Luvos erhalten. Es gilt nach wie vor:

Für unsere **treuen Vereinsmitglieder** wie auch für Freunde unsers Vereins halten wir ein kleines **Dankeschön-Geschenk** bereit. Dies ist ein kleiner Beitrag, den wir im Jubiläums-Jahr leisten können. Kommen Sie in der **Einhorn-Apotheke** (Rosenstraße, Weißenburg) vorbei, um sich eine **Luvos Jubiläums-Gesichtsmaske** abzuholen. Motto: „Die Natur ist die beste Apotheke“. Verwöhnen Sie sich mit einer kostenlosen Probe (**nur solange Vorrat reicht**).

Im Jubiläumsjahr werden regelmäßig Sendungen über Sebastian Kneipp und seine Lehre im **Bayerischen Fernsehen** gezeigt. Immer passend zu den Jahreszeiten. Diese Folgen laufen alle im Magazin „**Gesundheit**“, jeweils dienstags um 19 Uhr.

27. Juli: Gesichtsguss

28. September: Vollguss

19. Oktober: Wechselfußbad.

Alle Folgen sind auch zu finden unter:

<https://www.br.de/br-fernsehen/sendungen/gesundheit/index.html>

Ich blicke zuversichtlich nach vorne, dass wir unser Vereinsleben zunehmend mit weiteren Angeboten bereichern können. Die Liste der Ideen ist lang und wartet auf Umsetzung.

Wir gratulieren im Monat Juli:

70 Jahre wird Ursula Berndt

Wir gratulieren im Monat August:

75 Jahre wird Thekla Emmerling

Bleiben Sie aktiv und gesund.



Ihre Doris Eisenbrand

Kneipp-Verein Weißenburg e.V. * Eichstätter Straße 58 * 91781 Weißenburg * 09141/81632

kneippverein@eisenbrand-events.de

www.kneippverein-weissenburg.de

