

Info September/Oktober 2025

Liebe Kneipp-Freunde,

die Ferien sind vorüber, die Schulturnhallen sind seit 18. August wieder geöffnet und alle Kursteilnehmer haben sich bestimmt gut erholt auf die beginnenden Stunden gefreut. Sollten Sie noch keiner Gruppe angehören, dann schauen Sie sich unser vielfältiges Angebot an unter: www.kneippverein-rohrbach.de oder holen Sie sich ein Programm im Kneipp-Treff, Obere Kaiserstraße 50 in Rohrbach. Dort ist jeden Mittwoch für Auskünfte und Anmeldungen geöffnet von 15.00 bis 17.00 Uhr. Gerne möchte ich auf die nächsten interessanten Vorträge und Seminare aufmerksam machen und bitte um rechtzeitige Anmeldung hierzu, sowie zu den Kursen, die Sie kennenlernen möchten.

Ich hoffe, dass viele in den Ferien/Urlaub Freude erleben und Freude verschenken durften. Was im Leben Freude schenkt, ist vor allem mit anderen Menschen verbunden, denen wir in Freundschaft und Liebe zugetan sind: vom Gespräch mit der besten Freundin über die fröhliche Runde der Freunde bis zu Momenten der Zärtlichkeit mit dem liebsten Menschen. Solche Momente, in denen Menschen sich aneinander freuen: „Eine Umarmung, ein gutes Wort, liebevolle Zuwendung, Zeit füreinander zum Zuhören und Reden, das lässt uns zusammenrücken“. Aber auch umgekehrt gilt: Zeiten der Stille, der Ruhe, des Für-sich-selbst-Seins sind Quellen von Lebensfreude. „Ich küsse die Sonne und umarme den Mond“, schrieb die heilkundige Visionärin Hildegard von Bingen im zwölften Jahrhundert. Es gibt keine fertigen Rezepte für Lebensfreude, aber ganz sicher gehören Licht-Blicke dazu, sich – gegen alle Widerstände einer hektischen Zeit – kleine Oasen der Stille zu schaffen. Ganz bei uns in Augenblicken der Stille tanken wir Lebenskraft, um für uns selbst und für andere Freude auszustrahlen Dies wünsche ich von Herzen, bleiben Sie gesund und aktiv, in Krankheit nicht mutlos und herzlich grüßt von

Eurer/Ihrer Christel Michély-Fickinger

Unsere Nachmittage der Begegnung mit Plaudern, Spielen, Stricken bei Kaffee und selbstgemachtem Kuchen im Kneipp-Treff

Der Kneippverein Rohrbach bietet jeden Mittwoch einen „**Nachmittag der Begegnung**“ an. Im „Kneipp-Treff“ haben jung gebliebene Erwachsene die Möglichkeit, andere Menschen zu treffen und sie kennen zu lernen. Bei interessanten und spannenden alten und neuen Karten- und Brettspielen. Auch Skat und Schach wird gespielt (hier eventuell vorher anmelden, damit die entsprechenden Partner anwesend sind).

Mittwoch, 03. September, **14.30 Uhr: Überraschungsnachmittag** ??????

Mittwoch, 10. September, **14.30 Uhr**

Mittwoch, 17. September, **14.30 Uhr**

Mittwoch, 24. September, **14.30 Uhr**



Mittwoch, 01. Oktober, **14.30 Uhr: Überraschungsnachmittag** ??????

Mittwoch, 08. Oktober, **14.30 Uhr**

Mittwoch, 15. Oktober, **14.30 Uhr**

Mittwoch, 22. Oktober, **14.30 Uhr**

Mittwoch, 29. Oktober, **14.30 Uhr**



Ansprechpartner: Edel Kunzelmann, Tel.: 06894/53203 oder Kornelia Sinner, Tel.: 06894/570384

Kurse und Veranstaltungen:

neu

Spielkreis „Purzelbande“

für Kinder ab ca. 18 Monate bis 3 Jahre

immer dienstags, 15.00 Uhr

Leitung: Sarah Günerich-Hetmank

Konditionsraum der Rohrbachhalle

Habt ihr Lust auf Spiele und Kreativität? Dann seid ihr hier genau richtig



Diagnose Krebs - auf einmal ist Alles anders!

ab Dienstag 02.09. 2025, 19.00 Uhr

Leitung: Christiane Krass

10 Veranstaltungen im Kneipp-Treff

Mit der Diagnose Krebs kommen viele Fragen, Ängste und Unsicherheiten auf.

In der Medizin wird nach Feststellung der Diagnose oft sehr schnell gehandelt und als Betroffener steckt man dann in diesem System fest. Zumeist bleibt für den Betroffenen kein Raum zum Überlegen und zur Verarbeitung, die Krankheit zu begreifen.

Sind die Behandlungen (Operation, Chemotherapie, Bestrahlung, etc.) vorbei, erfolgt noch eine Reha. Und dann?

Wie komme ich danach mit meiner Lebenssituation körperlich und psychisch klar?

Ich möchte als Selbst-Betroffene und ausgebildete Individualpsychologin eine Gesprächsrunde anbieten. An meinem eigenen Beispiel möchte ich Informationen, Ideen und Hilfestellungen an die Hand geben.

An jedem Abend wird ein Thema angeboten, das zu der Erkrankung gehört, wie z. Bsp.:

Gefühle, die in mir toben

Angst, Wut, Trauer, Verzweiflung

Veränderungen im Leben

Was passiert mit den Angehörigen

Geduld, Loslassen, Glauben, Verzeihen

Mut und Zuversicht

Vorbereitung Arztgespräch

Unabhängig, in welcher Phase der Krankheit man sich gerade befindet, würde ich gerne meine Begleitung anbieten.

Wichtig: Dies ist keine medizinische Beratung, es sollen Ideen und Anregungen gegeben werden, die jeder einzelne für sich annehmen und nach seiner Persönlichkeit umsetzen kann, je nach dem, was gerade hilfreich ist.

Donnerstag, 04.09., 19.00 Uhr, „**Mut tut gut**“ – ein Ermutigungstraining für Erwachsene

Leitung: Christiane Krass, Encouraging-Trainerin

Kneipp-Treff

Zur besseren Planung wird um Voranmeldung gebeten.

Die 10 Einheiten beinhalten unter dem Leitgedanken „Wir sind Gestalter unseres Lebens“ ein umfangreiches Trainingsprogramm: Das Selbstbewusstsein stärken, sich der eigenen Fähigkeiten bewusstwerden, die Selbstachtung weiter zu untermauern ist ebenso Weg dahin wie auch, in Frieden mit sich selbst und anderen zu leben, sinnvolle Kontakte zu anderen Menschen aufzubauen und zu pflegen.

Welches sind meine Begabungen, wie gehe ich besser um mit meiner Familie, Gemeinschaft, Nachbarschaft oder den Menschen im beruflichen Umfeld? Wie finde ich den Mut, konstruktive Entwicklungsprozesse in Gang zu setzen, Lösungen zu erarbeiten?

Das sind weitere Fragen, auf die der Kursus Antworten gibt und – darüber hinaus - mit praktischen Übungen in die Lage versetzt, Probleme aus verschiedenen Blickwinkeln zu erkennen und anzupacken.

Infos und Anmeldung: Christel Michély-Fickinger, Tel. (0 68 94) 58 08 88 oder kneippvrohrbach@aol.com

Freitag, 05.09., 18.00 Uhr, „**Tanz dich frei**“, Kneipp-Treff

Leitung: Verena Dumont



Tanz ist Bewegung mit Freude. Von meditativer Musik über Reggae, klassischer- und Pop-Musik wird alles angeboten.

Samstag, 06.09., 15.00 Uhr, Teilnahme am **Solilauf** St. Ingbert, Gustav-Clauss-Anlage

Sonntag, 07.09.,

Wann und wo kann ich mich anmelden? Die Anmeldung beim Veranstalter und Erstellung der Laufkarten (blanko) werden durch unseren Verein erledigt: Unterlagen und der Chip liegen dann vor Ort schon bereit. Für die Anmeldung in diese Gruppe benötigt der Verein nur: Nachname, Vorname, Jahrgang, Geschlecht Anmeldung an kneipp@igb-rohrbach.de, oder telefonisch an 06894 53203 (Kunzelmann)

Montag, 08.09., 09.45 Uhr, neue Kurse: „**Fröhliches Gedächtnistraining**“, Kneipp-Treff
11.00 Uhr Leitung: Christel Michély-Fickinger

In diesen Kursen wird das Gehirn durch vielseitige, interessante und abwechslungsreiche Übungen trainiert. Gedächtnistraining fördert die Konzentration, aktiviert die Wahrnehmung, steigert die Merkfähigkeit, übt das Erinnern an vergessene Namen, Wörter und Ereignisse, trainiert das Ausdrucksvermögen und weckt das Interesse für vieles, was das Leben sinnerfüllter und fröhlicher macht. Das „Bewegungstraining“ für das Gehirn ist sicherlich genauso wichtig wie Bewegungstraining für den Körper. Das Lernprogramm ist für Personen ab 40 Jahre zugeschnitten, wobei nach oben dem Alter keine Grenzen gesetzt sind. In fröhlicher Runde, in gelockerter Atmosphäre und ohne Stress und Leistungsdruck können wichtige Gehirnfunktionen, nämlich Wortfindung, Formulierung, Konzentration, Merkfähigkeit und Reproduktion trainiert werden.



Auch Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

Mittwoch, 10.09., 19.00 Uhr, **Schöner Tag an der Mosel** mit Mader-Reisen
Abfahrt zwischen 7.30 und 8.30 Uhr, Rohrbachhalle
Ankunft ca. 20.30 bis 21.30 Uhr



Montag, 15.09., 19.00 Uhr, **Autogenes Training**, 8 Veranstaltungen, Kneipp-Treff
Leitung: Jutta Klein, Entspannungspädagogin
Bezuschussung durch Krankenkasse möglich
Mitzubringen sind: Eine Matte, ein Kissen und eine Decke.



Donnerstag, 18.09., 17.00 Uhr, **Akupressur**: Vortrag mit Übungen, Kneipp-Treff
Referentin: Ingeborg Schub, Qigong Kursleiterin



Mit der Stimulierung bestimmter Reizpunkte, die mit unseren Organen verbunden sind, können wir die Einnahme von Tabletten reduzieren und uns von den Beschwerden so genannter "Zivilisationskrankheiten" befreien. Die Selbstmassage (Akupressur) von Energiezentren löst Energieblockaden, aktiviert das Immunsystem und die Selbstheilungskräfte. Der Vortrag beinhaltet praktische Anleitungen zur Eigenbehandlung von Alltagsbeschwerden, die zuhause geübt werden können.

Donnerstag, 25.9., 17.00 Uhr, *neuer Kursbeginn: "Qigong"*, Kneipp-Treff
Leitung: Ingeborg Schub, Qigong-Kursleiterin



Bei der aus China stammenden Bewegungskunst geht es darum, meditativ und mit langsamem, fließenden Bewegungen einen persönlichen (Lebens-)Rhythmus zu finden sowie Bewusstsein, Atem und Körper zu verbinden. Daher ist sie auch für Einsteiger ideal. Die Lebenskraft (Qi) kann gesteigert, innere Ruhe und körperliche Leistungsfähigkeit (Gong) verbessert, die Selbstheilungskräfte des Körpers angeregt werden. **Qigong** ist eng mit der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) verknüpft. Die Bewegungsübungen sind also präventiv ausgerichtet auf Herz-Kreislauf, Immunsystem und Muskelapparat. Bezuschussung durch die Krankenkasse ist möglich. Anmeldung unter Tel.: 06894-580888

Mittwoch, 15.10., 17.00 Uhr, **Vortrag „Arten der Bestattungs(kosten)vorsorge“**,
Kneipp-Treff
Referent: Martin Wirtz

Mittwoch, 22.10., 17.00 Uhr, Vortrag: „**Gesundes Backen zuhause mit Hefe, Sauerteig und Backferment**
Referentin: Ute Olk, Kneipp-Treff



Die gelernte Bäckerin und Vollkornpionierin teilt ihren großen Erfahrungsschatz und ihre besten Rezepte und steht für Fragen - auch für alle, die nicht mit Vollkorn backen - zur Verfügung.

Freitag, 24.10., 18.00 Uhr, „**Tanz dich frei**“, Kneipp-Treff
Leitung: Verena Dumont



Sonntag, 26.10., 14.00 Uhr, **Pilzexkursion**
Leitung: Holger Kleinhanß
Treffpunkt: Parkplatz „Zur Rohrbacher Glashütte“
Zur besseren Planung bitten wir um Anmeldung



neu

Yoga

immer dienstags, 17.30 Uhr,

Kirkel, Jochen-Klepper-Haus, Triftstrasse 8a.

Leitung: Heide Johann

Anmeldung über Tel. 06894/580888, oder per Email: kneippvrohrbach@aol.com



Vorschau: November/Dezember:

Mittwoch, 05.11., 14.30 Uhr, **Überraschungsnachmittag** ?, ?, ?, ?, ?, Kneipp-Treff

Freitag, 07.11., 19.00 Uhr, Tanz dich frei, Kneipp-Treff. Leitung: Verena Dumont

Mittwoch, 12.11., 14.30 Uhr, Kaffee-, Plauder- und Spielenachmittag, Kneipp-Treff

Dienstag, 18. 11., 15.00 Uhr, Weihnachtliches Basteln, Kneipp-Treff
Leitung: Gisela Seib

In diesem Jahr basteln wir Sterne, die mit Kugeln dekoriert werden. Die notwendigen Materialien sind vorhanden und werden zum Selbstkostenpreis verkauft. Gerne können Sie aber Ihre eigenen Kugeln (wenn möglich keine Glaskugeln) mitbringen. Ein kleiner Unkostenbeitrag wird erhoben. Weitere Infos bei Christel Michély-Fickinger, Tel. 06894/580888



Mittwoch, 19.11., 14.30 Uhr, Kaffee-, Plauder- und Spielenachmittag, Kneipp-Treff

Dienstag, 25. 11., 15.00 Uhr, Weihnachtliches Basteln, Kneipp-Treff
Leitung: Gisela Seib



Mittwoch, 26.11., 14.30 Uhr, Kaffee-, Plauder- und Spielenachmittag, Kneipp-Treff

Wer hat Lust, beim Rohrbacher Weihnachtsmarkt mitzuhelfen?



**Samstag oder Sonntag
29. oder 30.11.25**



Bis jetzt hat sich der Kneipp-Verein Rohrbach erfolgreich zweimal beim Weihnachtsmarkt beteiligt. In 2024 konnten wir unsere Anmeldung nicht aufrecht erhalten, da sich zu wenige für einen Dienst auf dem Weihnachtsmarkt (in einem geschlossenen Holzhäuschen) und im Kneipp-Treff zur Teigvorbereitung - wir bieten herzhafte Waffeln an- gemeldet hatten.



Bei Interesse kann man sich in den Dienstplan mit seiner Wunschzeit eintragen lassen.

Weitere Infos bei Christel Michély-Fickinger, Tel. 06894/580888
oder per Email: kneippvrohrbach@aol.com

Montag, 01.12., 19.00 Uhr, Adventliche Klangreise, Kneipp-Treff,
Leitung: Jutta Klein, Entspannungspädagogin



Mittwoch, 03.12., 14.30 Uhr, Adventskaffee, Kneipp-Treff

Mittwoch, 10.12., **Fahrt nach Stuttgart auf den Weihnachtsmarkt**
mit Mader Reisen
Abfahrt zwischen 08:30 und 09:30 Uhr, Rohrbachhalle
Ankunft ca. 19:00 bis 20:00 Uhr.

Bitte bis spätestens 10. November anmelden!

Weitere Infos und Anmeldung bei Christel Michély-Fickinger, Tel. 06894/580888
oder per Email: kneippvrohrbach@aol.com



Freitag, 12.12., 19.00 Uhr, Tanz dich frei, Kneipp-Treff. Leitung: Verena Dumont

Montag, 15.12., 19.00 Uhr, Weihnachtliche Klangreise, Kneipp-Treff.
Leitung: Jutta Klein, Entspannungspädagogin