

Informationen Frühling 2021

Liebe Vereinspräsident*innen
Liebe Vorstandsmitglieder, Ehrenmitglieder und Funktionäre

Gerne geben wir Ihnen folgende Informationen weiter:

Lagerräumungs-Ausverkauf ab sofort bis 31. Mai 2021:



Kneipp-Bücher für *CHF 5.-/Stk. (solange Vorrat):

- Art. 7006 les applications kneipp pratiques
- Art. 7007 Kneipps Gesundheitsquellen und Naturapotheke
- Art. 7009 Gsundi Choscht

Kneipp-Ratgeber *gratis (solange Vorrat):

- Art. 7011 Kneipp-Ratgeber «Ernährung»
- Art. 7012 Kneipp-Ratgeber «Wasseranwendungen»
- Art. 7013 Kneipp-Ratgeber «Heilkräuter»

*Jeweils zuzüglich Versand- und Portokosten. Auf diese Aktionen werden keine weiteren Rabatte gewährt. Ihre Bestellung senden Sie bitte mit beiliegendem Bestellformular direkt an den Kneipp-Artikel- und Bücherversand TRANSfair, artikel@kneipp.ch.

Zum 200 Jahr Jubiläum: Neue Kneipp-Anwendungstafeln für den Outdoor-Bereich

Barfußlaufen

Grundregeln

- Gehen muss immer auf ebenem und sauberem Boden
- Tragen von Barfußschuhen für Witterungsbedingungen
- Zuerst immer nur für kurze Strecken
- Knie- und Hüftgelenke
- Bei Schmerzen sofort abbrechen und sich umgucken lassen

Nicht zu empfehlen bei:

- Krampfadern
- Gelenksentzündungen
- Diabetes
- Bluthochdruck
- Herz-Kreislauferkrankungen
- Infektionen
- Allergien

Ausführung

- So wie eine Sonnenbrille vor der Sonne schützen
- Besonders wenn sich in der Sonne aufhalten
- Auf die richtige Zeit der Anwendung achten
- In der Regel 10 bis 20 Minuten
- Bei Schmerzen sofort abbrechen und sich umgucken lassen

Wirkung

- Blutzirkulation
- Entspannung
- Verbesserung der Durchblutung
- Stärkung des Immunsystems
- Förderung der Verdauung

Verfügbare in eigener Gefahr! Bitte beachten Sie die Hinweise.
Schweizer Kneippverband
Kneipp

Armbad

Grundregeln

- Armbad immer vor dem Essen und nach dem Essen
- In der Regel 10 bis 20 Minuten
- Bei Schmerzen sofort abbrechen und sich umgucken lassen

Nicht zu empfehlen bei:

- Krampfadern
- Gelenksentzündungen
- Diabetes
- Bluthochdruck
- Herz-Kreislauferkrankungen
- Infektionen
- Allergien

Ausführung

- In der Regel 10 bis 20 Minuten
- Bei Schmerzen sofort abbrechen und sich umgucken lassen

Wirkung

- Blutzirkulation
- Entspannung
- Verbesserung der Durchblutung
- Stärkung des Immunsystems
- Förderung der Verdauung

Benützung auf eigene Gefahr! Bitte beachten Sie die Hinweise.
Schweizer Kneippverband
Kneipp

Wassertritten

Grundregeln

- Gehen muss immer auf ebenem und sauberem Boden
- Tragen von Barfußschuhen für Witterungsbedingungen
- Zuerst immer nur für kurze Strecken
- Knie- und Hüftgelenke
- Bei Schmerzen sofort abbrechen und sich umgucken lassen

Nicht zu empfehlen bei:

- Krampfadern
- Gelenksentzündungen
- Diabetes
- Bluthochdruck
- Herz-Kreislauferkrankungen
- Infektionen
- Allergien

Ausführung

- So wie eine Sonnenbrille vor der Sonne schützen
- Besonders wenn sich in der Sonne aufhalten
- Auf die richtige Zeit der Anwendung achten
- In der Regel 10 bis 20 Minuten
- Bei Schmerzen sofort abbrechen und sich umgucken lassen

Wirkung

- Blutzirkulation
- Entspannung
- Verbesserung der Durchblutung
- Stärkung des Immunsystems
- Förderung der Verdauung

Benützung auf eigene Gefahr! Bitte beachten Sie die Hinweise.
Schweizer Kneippverband
Kneipp

Wie an den Regiositzungen bekannt gegeben, sind unsere neuen, zeitgemässen Kneipp-Anwendungstafeln ab sofort erhältlich. Zum 200 Jahr Jubiläum finden am **5./6. Juni 2021 schweizweit die «Tage der offenen Kneipp-Anlagen»** statt – der ideale Anlass, bestehende Kneipp-Anlagen in Ihrer Region mit unseren neuen Tafeln auszurüsten! Sie finden die Tafeln in unserem [Shop](#) oder bestellen diese ganz einfach mit beiliegendem Bestellformular.

Allenfalls wissen Sie von Kneipp-Anlagen, welche noch nicht beschildert sind? Dann machen Sie doch bitte Werbung für unsere neuen Tafeln oder geben Sie uns einen Tipp, damit wir mit den Anlagebetreibern direkt Kontakt aufnehmen können. Herzlichen Dank!

Erlebnisreise an die Kneippiade in Bad Wörishofen vom 21. – 26. Juli 2021



Gerne lassen wir Ihnen im Anhang die detaillierte Ausschreibung unserer Erlebnisreise an die Kneippiade zusammen mit dem Anmeldeformular und dem Kneippiade-Programm für die Schweizer Delegation zukommen (Stand 6. April 2021).

Die Anmeldung für das Programm der Kneippiade erfolgt durch den Schweizer Kneippverband mittels einer Sammelanmeldung. Sie brauchen sich somit nicht darum zu kümmern und lediglich auf dem Anmeldeformular Ihre Auswahl zu treffen.

Wir freuen uns auf zahlreiche Anmeldungen!

Hinweis Corona-Pandemie: Die Durchführung der Erlebnisreise richtet sich nach den zum Zeitpunkt der Reise gültigen Bestimmungen und der aktuellen Gesetzgebung der beiden Länder Schweiz und Deutschland.

Kneipp-Jubiläumsfest vom 18. September 2021



Aufgrund der nach wie vor unklaren Lage im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie und der damit verbundenen Planungsunsicherheit für einen Anlass dieser Grösse, hat der Vorstand entschieden, auf die Durchführung des Kneippfestes vom 18. September 2021 zu verzichten.

Wir bedauern dies sehr. Dem ganzen OK-Team, insbesondere Rolf Hess und Heinz Moser, danken wir ganz herzlich für die bereits geleistete intensive Vorarbeit.

Auch wenn das grosse Jubiläumsfest abgesagt werden musste – gemeinsam feiern möchten wir mit Ihnen trotzdem.



Auf kneipp2021.ch finden Sie eine bunte und attraktive Palette an Veranstaltungen der Kneipp-Vereine.

Wir möchten Sie ermuntern, auch die Aktivitäten von anderen Vereinen zu besuchen und so die Gemeinschaft untereinander zu pflegen. Beispielsweise bietet der Kneipp-Vereine Zürich u.a. folgende Anlässe an und würde sich sehr freuen, wenn sich zahlreiche weitere Kneipp-Vereine und Einzelpersonen anschliessen würden:

- 3.07.2021: Vereinsausflug [«Heilkräutertage auf dem Ballenberg»](#)
- 15.08.2021: Tag der Kräuterweihe – [«Kräuterwanderung am Katzensee»](#)

Kneipp Foulards – das passende Geschenk für Ihre langjährigen Kneipp-Mitglieder



Haben auch Sie im Verein Kneipp-Mitglieder, welche bereits seit 15, 25 oder gar 30 Jahren Ihrem Verein die Treue halten?

Mit den wunderschönen Kneipp Foulards bieten wir Ihnen das passende Geschenk, um Ihre treuen Kneipp-Mitglieder im Jubiläumsjahr 2021 gebührend zu ehren und zu erfreuen.

Bestellen Sie jetzt die gewünschte Anzahl Foulards mit beiliegendem Bestellformular.

Ihnen allen wünschen wir eine sonnige und gesunde Frühlingszeit.

Herzliche Grüsse

Schweizer Kneippverband

Verena Kazaz-Bernet, Sekretariat

Anhang:

- Bestellformular Bücheraktion
- Bestellformular Kneipp-Anwendungstafeln
- Detailausschreibung Erlebnisreise Kneippiade
- Programm Kneippiade für die Schweizer Delegation
- Anmeldeformular Erlebnisreise
- Bestellformular Kneipp Foulards und Muster Tragevarianten