

11. FELDBERGER KNEIPP-WOCHE

27.9.–4.10.2024



Freitag • 27.09.2024

19.00 Uhr

Kurparkkonzert mit Holler & Wendel

Ehrliche, authentische und
100% handgemachte Musik

Samstag • 28.09.2024

09.00 – 14.00 Uhr

Trödelmarkt für GROSS und klein

Anmeldungen und Standvergabe
unter Tel. 0160 5328924
Kurpark

10.00 Uhr

Geführte Pilz-Kräuter- Wanderung

Wir wandern mit Ihnen durch
einen Teil des Naturparks Feld-
berger Seenlandschaft und
halten Ausschau nach Pilzen
der Jahreszeit und Kräutern am
Wegesrand. Wir besprechen
die gefundenen Pilze und ihre
Erkennungsmerkmale.
Was sind die Sammelregeln für
Pilze und Kräuter und was ist bei
Ihrer Zubereitung zu beachten?
Welche der gefundenen Pilze
sind giftig?

Lassen Sie sich einladen, mit uns
die spannende Welt der Pilze in
ihrer Vielfalt und einige der un-
zähligen gesunden Wildkräuter
zu entdecken.

Dauer: ca. 2 - 2,5 h, 18,- €

Natur- und Landschaftsführer

Britta Daedelow-Seydl und

Pilzführer Michael Seydl,

Anmeldung: bis 2 Tage vorher
unter 0162 6990028

Info zu Treffpunkt bei Anmeldung

11.00 Uhr

Auftaktveranstaltung zur 11. Feldberger Kneipp-Woche

mit dem Fanfarenzug Neustrelitz,
Wassertreten, Naturpark-
infostand, Samentauschbörse mit
der BUND-Gruppe Feldberg
Kurpark

17.00 Uhr

Progressive Muskelentspan- nung nach Jacobson (PMR)

Eine wissenschaftlich fundierte
Methode zur Reduktion
muskulärer Spannung, Steigerung
psychischer Ausgeglichenheit
und Vorbeugung stressbedingter
Erkrankungen. Kurze theoreti-
sche Einführung mit anschließen-
der ausführlicher Übungseinheit.
Im Liegen (Matten) oder Sitzen
möglich.

Kostenloser Schnupperkurs.

Bitte Anmeldung unter

039821 419733 oder

kontakt@praxis-schuemann.de

Juliane Schümann,

Dipl. Psychologin,

Körpertherapeutin

Gemeinschaftspraxis

Sonntag • 29.09.2024

9.00 – 12.00 Uhr

Geführte Pilzwanderung

Gefundene Pilze werden
besprochen und Tipps zur
Bestimmung, Zubereitung und
Hinweise zu bioaktiven Stoffen
gegeben.

Udo Hopp

Waldhotel Stieglitzenkrug

10.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

11.00 Uhr

PILATES –

Schnuppertraining

für jedes Alter, bitte mitbringen:

1 großes Badetuch oder Yoga-

matte, kleines Handtuch oder

andere Nackenstütze,

kostenfreie Teilnahme

Trainerin: Katrin Volkmann,

Canaletics, Pilates

FIZ-Mehrgenerationenhaus

14.00 Uhr

Schnuppertour

Nordic Walking

mit Kneippanwendung

Stöcker können geliehen werden.

Brigitta Richter, Nordic Walking-

und Kneippgesundheitstrainer

Haus des Gastes

18.00 Uhr

Erkältungszeit – betrachtet aus der Perspektive der Chinesischen Medizin

Vortrag mit Anne Asmuss,

Gesundheitsberaterin der

Klassischen Chinesischen

Medizin und TUINA Therapeutin

Haus des Gastes

Montag • 30.09.2024

9.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

11.00 Uhr

Depression aus psychoanalytischer Sicht

In dem Vortrag werden die

Gründe für die Entstehung der

Depression aus klassischer
psychoanalytischer Sicht erläutert.

Dr. Tim Köhler,

Heilpraktiker für Psychotherapie

Haus des Gastes

15.00 Uhr

Geführte Wanderung

Gehen Sie mit mir abseits von

Wegen auf die Suche nach

der Entstehungsgeschichte der

Landschaft und nach Spuren von

Mensch und Tier. Meine Infor-

mationen lenken Ihre Gedanken

auf die natürliche Umgebung und

ihre faszinierenden Vorgänge.

Genießen Sie das Eintauchen in

die Natur, die Ziellosigkeit und

das Sein im Augenblick. Der Be-

such im Wald klärt die Gedanken

und entspannt. Touren nach

Absprache, z.B. Besuch einer

germanischen Ortswüstung mit-

ten im Wald, Kräuterwanderung,

Streifzug durch alte Buchenwäl-

der des Nationalparks

Dauer: ca. 2,5 h, 18,- €

Britta Daedelow-Seydl

Anmeldung: bis 2 Tage vorher

unter 0162 6990028

Info zu Treffpunkt bei Anmeldung

17.00 Uhr

Rundgang zur Gästebegrüßung

Willkommen in der Feldberger

Seenlandschaft. Ein unterhalt-

samer Spaziergang mit Wissens-

wertem und Anekdoten zu Land

und Leuten...

Haus des Gastes

18.00 Uhr

Workshop - Die Würde des Menschen

Das Rad der Übereinstimmung

Integrität, Freude und Gesund-

heit von Körper, Geist und Seele

bewahren und zurück gewinnen

Spendenbasis, gerne telefonisch

anmelden 039831 549839

oder spontan vorbeikommen

Praxis Physio mit Zeit

Dienstag • 01.10.2024

9.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

13.30 Uhr

Kräuterworkshop

Essbare Wildpflanzen Kochen und Essen im Freien - ein Tag für Genießer: Mein Anliegen ist es, Euer Interesse für Kräuter in der Umgebung zu wecken. Unsere heimischen Wildkräuter können mit ihren gesunden Inhaltsstoffen unsere Ernährung gesund und abwechslungsreich ergänzen. Während unseres Wildkräuter-spazierganges durch Wiese und Garten lernen wir die einzelnen Pflanzen kennen. Wir sprechen über Verwechslungsmöglichkeiten, Sammelhinweise, Verwendung, Verarbeitung und Lagerung. Genießt das Abenteuer, diese Wildkräuter zu sammeln, um sie anschließend in meiner Gartenküche auf dem Feuer oder der Küchenhexe zu einem leckeren Wildkräuter Menü zu verarbeiten. Anschließend genießen wir gemeinsam die zubereiteten Kräutergerichte und Getränke.

Dauer: 3,5 h,

38,- € inkl. Kräuterunterricht, Speisen, Getränken und Rezepten
Anmeldung: bis 2 Tage vorher
unter 0162 6990028

*Kräuterhof Liebstöckel,
Koldenhof*

17.00 Uhr

HONIG Haus- & Heilmittel

Ein interessanter Vortrag zu Biene, Honig und Verwendung. Die Biene ist das dritt wichtigste Nutztier, nach Schweinen und

Rindern. Sie bestäubt rund 80% unsere Obst- und Gemüsepflanzen. Außerdem ist sie ein fleißiger Honiglieferant. Nicht nur als Süßstoff ist Honig beliebt: Schon im alten Ägypten war bekannt, dass Honig Wunden reinigt.

Janine Weimann,
Imkerin aus Leidenschaft
Haus des Gastes

Mittwoch • 02.10.2024

7.00 Uhr

Tautreten mit der Bürgermeisterin im Kurpark

9.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

9.00 – 10.30 Uhr

Kneipen für Kids

Besuchen Sie uns und erleben Sie, wie wir die 5 Kneipp-Säulen Wasser, Heilkräuter, Ernährung, Bewegung und Lebensordnung im Kitaalltag leben.

Kinderhaus Murkelei

15.00 Uhr

Kräuterspaziergang mit Kräutersnack & Kräuterschnack

Thema: Essbare Wildpflanzen
Es ist erstaunlich, was es für essbare Schätze im Wald und auf der Wiese gibt. Unsere heimischen Wildkräuter können die Auswahl unserer Lebensmittel ergänzen und helfen unsere Ernährung und Alltagsküche abwechslungsreich und gesund zu gestalten. Während unseres Wildkräuterstreifzuges in Koldenhof und auf dem Kräuterhof lernen wir die einzelnen Pflanzen kennen.

Wir sprechen über Verwechslungsmöglichkeiten, Sammelhinweise, Verwendung, Verarbeitung und Lagerung. Genießt das Abenteuer, diese Wildkräuter zu sammeln, um sie anschließend im Freien gemeinsam zu einem kleinen leckeren Wildkräutersnack z.B. Brennnesseln im Bierteig zu verarbeiten und zu genießen. Dazu gibt es ein Kräutergetränk.

Dauer: 2 – 2,5 h,
23,- € inkl. Kräuterführung,
Snack, Getränk und Kräuterliste
Anmeldung: bis 2 Tage vorher
unter 0162 6990028
Kräuterhof Liebstöckel,
Koldenhof

Donnerstag • 03.10.2024

10.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

11.00 Uhr

Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (PMR)

Eine wissenschaftlich fundierte Methode zur Reduktion muskulärer Spannung, Steigerung psychischer Ausgeglichenheit und Vorbeugung stressbedingter Erkrankungen. Kurze theoretische Einführung mit anschließender ausführlicher Übungseinheit. Im Liegen (Matten) oder Sitzen möglich.

Kostenloser Schnupperkurs.
Bitte Anmeldung unter
039821 419733 oder
kontakt@praxis-schuemann.de
Juliane Schümann,
Dipl. Psychologin,
Körpertherapeutin
Gemeinschaftspraxis

17.00 Uhr

Vortrag „Gesundheit aus dem Wald“

mit Udo Hopp
Pilzberatungsstelle

18.00 Uhr

Workshop - Die Würde des Menschen

Das Rad der Übereinstimmung Integrität, Freude und Gesundheit von Körper, Geist und Seele bewahren und zurück gewinnen
Spendenbasis, gerne telefonisch anmelden 039831 549839
oder spontan vorbeikommen
Praxis Physio mit Zeit

Freitag • 04.10.2024

9.00 Uhr

Wassertreten im Kurpark

15.00 Uhr

Vortrag „Mit Kneipp gut durch die Erkältungszeit“

Alle Jahre wieder... Herbst und Winter gelten als Hochsaison der Erkältungszeit.
Ein starkes Immunsystem ist besonders jetzt wichtig, um sich keine Erkältung einzufangen.
Kneipps 5-Säulen-Philosophie eignet sich bestens, um auf natürliche Weise unseren körpereigenen Abwehrmechanismus zu stärken, Erkältungen vorzubeugen und Symptome zu lindern.
Brigitta Richter,
Kneipp-Gesundheitstrainerin
Haus des Gastes

**REGELMÄSSIGE
VERANSTALTUNGEN
WÄHREND DER
KNEIPP-WOCHE**

Montag bis Freitag
9.00 – 15.00 Uhr

Venenaktionswoche

in der Luzin-Apotheke

Anmeldung unter

Tel. 039831 20204

Montag bis Freitag

15.00 – 17.00 Uhr

nach tel. Absprache

**Ausstellung „Pilze - die
heimlichen Herrscher des
Waldes“**

Pilzberatungsstelle

Fürstenberger Str. 8

17258 Feldberg

Tel. 039831 20070



TREFFPUNKTE

FIZ Mehrgenerationenhaus

2. Etage, Sportraum
Prenzlauer Str. 1
17258 Feldberg

Gemeinschaftspraxis

Altes Amtsverwalterhaus
Amtsplatz 27
17258 Feldberg

Haus des Gastes und Kurpark

Strelitzer Str. 42
17258 Feldberg
Tel. 039831 2700

Kinderhaus Murkelei

Amtsplatz 22
17258 Feldberg

Kräuterhof Liebstöckel

Lindenallee 65
17258 Koldenhof
Tel. 0162 6990028

Luzin-Apotheke

Fürstenberger Str. 1
17258 Feldberg
Tel. 039831 20204

Pilzberatungsstelle

Fürstenberger Str. 8
17258 Feldberg
Tel. 039831 20070

Praxis Physio mit Zeit

Strelitzer Str. 6
17258 Feldberg
Tel. 0176 52833564

Waldhotel Stieglitzenkrug

Schlichter Damm 10
17258 Feldberg



Impressum

Herausgeber:

Touristinformation/Kurverwaltung Feldberger Seenlandschaft,
www.feldberger-seenlandschaft.de, willkommen@feldberg.de

Gestaltung: STEFFEN MEDIA GmbH, Fotos: Kurverwaltung Feldberg

Titelabbildung: Kurpark Feldberg