

# 90 Jahre

## 1928 2018



## Rohrbach e.V.

**Ihr Gesundheits- und Freizeitpartner**



**Jubiläumsveranstaltung am  
Sonntag, 17. Juni 2018**

**10 Uhr Festgottesdienst  
in der Pfarrkirche St. Johannes**

**anschließend Feier in der Rohrbachhalle**



## 55 plus – aktiv und gut versorgt

Wer im Alter finanziell gut abgesichert sein möchte, muss heute vorsorgen.

Für die Generation „55 plus“ bieten wir den optimalen Schutz in den Bereichen Gesundheitsvorsorge, Unfallversicherung, Kapitalanlage, Rentenplanung und Erwerb wie auch Modernisierung von Eigentum.

Gerne erstellen wir für Sie ein kostenloses Angebot.



**Michael Fickinger**  
**Fachmann für Bausparen  
und Finanzierungen**  
**Servicebüro St. Ingbert**  
**Saarbrücker Straße 1-3**  
**66386 St. Ingbert**  
**Telefon (0 68 94) 1 69 05 75**  
**Mobil (01 77) 8 72 78 98**  
**[Michael.Fickinger@debeka.de](mailto:Michael.Fickinger@debeka.de)**  
**[www.debeka.de](http://www.debeka.de)**

anders als andere

**Debeka**



## Grußwort

Verehrte Gäste,

der Kneipp-Verein Rohrbach feiert in diesem Jahr sein 90-jähriges Bestehen. 90 Jahre ist eine stolze Zahl und sicherlich Anlass, dieses Jubiläum gebührend zu feiern. Zu diesem ehrenvollen Jubiläum gratuliere ich dem Verein, seiner Vorstandschaft und allen Mitgliedern im Namen der Kreissparkasse Saarpfalz und persönlich auf das Herzlichste.

Seit 9 Jahrzehnten leistet der Kneipp-Verein Rohrbach einen überaus wertvollen Beitrag für die Bürgerinnen und Bürger von Rohrbach, sich gesundheitlich fit zu halten. Nicht umsonst zählt der Kneipp-Verein Rohrbach daher zu einem der größten Vereine in St. Ingberts Stadtteil Rohrbach.

Über 1.000 Familienmitglieder zählt der Verein, die das ansprechende Gesundheitsangebot zahlreich nutzen. Dies ist sicherlich auf das umfassende und breit gefächerte Angebot zurückzuführen.

Für Jung und Alt bietet der Kneipp-Verein Rohrbach verschiedene Aktivitäten an, die die Freizeitgestaltung sehr bereichern. Werte wie Zusammenhalt, Gemeinsamkeit stärken, Pflichtbewusstsein im Sinne der regelmäßigen Kursbesuche werden vermittelt und dienen einem guten Umgang miteinander. In der heutigen Zeit sicher nicht immer als selbstverständlich zu sehen.

Die Rohrbacher Bürgerinnen und Bürger können sich glücklich schätzen, in ihrem Ort einen solch aktiven und wertvollen Verein zu haben.

Mein aufrichtiger Dank gilt an dieser Stelle allen ehrenamtlichen Mitarbeitern und engagierten Mitgliedern, ohne die der Verein sicherlich nicht dieses nennenswerte Jubiläum feiern könnte.

Ich wünsche dem Verein für die Zukunft eine weiterhin „gesunde“ und erfolgreiche Entwicklung, allen Mitgliedern, Gästen und Helfern einen schönen Festtag und kurzweilige Stunden.

Ralph Marx  
Schirmherr  
Vorstandsmitglied der Kreissparkasse Saarpfalz



FESTO

# Zukunft ...

... beginnt mit Ideen. Und Ideen  
beginnen bei Festo. Für weltweit  
hocheffiziente Lösungen  
in Automation und Didactic.

→ [www.festo.com/bionik](http://www.festo.com/bionik)

Festo AG & Co. KG

Gottlieb-Stoll-Straße 29  
66386 St. Ingbert  
Telefon: 06894 591-0

Sehr geehrte Damen und Herren,

Gesundheit stellt das höchste Gut dar, das ein Mensch besitzen kann und jeder kann durch eigenes Tun, seine Gesundheit positiv beeinflussen.

Dies erkannte Sebastian Kneipp, der Vater der Kneipp-Bewegung, schon Mitte des 19.Jahrhunderts.

Auch wenn diese Erkenntnis somit nun schon über 150 Jahre alt ist, so ist sie doch noch immer gültig. Gerade in der heutigen Zeit, wo Stress und Hektik, Bewegungsmangel sowie ungesunde oder falsche Ernährung unseren Alltag kennzeichnen, ist es wichtig, den Fokus auf die eigene Gesundheit zu richten.

Hierbei leisten unsere Kneippvereine vorbildliche Arbeit, da sie vielfältige Angebote für Jung und Alt vorhalten und neben den sportlichen und präventiven Angeboten auch die Geselligkeit nicht außer Acht lassen. Gemeinsam kann man viel mehr schaffen als alleine und daher freue ich mich, dass wir in diesem Jahr schon das 90. Jubiläum des Kneippvereins Rohrbach e.V. feiern können. Ich wünsche daher allen Verantwortlichen und den Mitgliedern noch viele gemeinsame aktive und gesunde Jahre!

Ihre



Monika Bachmann

Ministerin für Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie





Bund  
**Kneipp**HOTEL  
aktiv & gesund  
**Heikenberg**  
**Bad Lauterberg**

*Das Reiseziel für Ihren Urlaub, Gruppenaufenthalt,  
Treffpunkt für Alleinreisende ...*

... Kurzaufenthalte, Gesundheitswochen (auch mit Krankenkassenzuschuss), verschiedene Kuren, Seminare, Tagungen, Schulungen sowie Aus- und Fortbildungen

## Wir bieten mehr als nur Urlaub:

- ▶ Gute Verkehrsanbindung mit Auto, Bahn oder Fernreisebus
- ▶ Großes, kostenloses Wellness-, Aktiv-, Freizeit- und Kneipp-Programm
- ▶ Diverse Tagungsräume und Mehrzweckhalle
- ▶ Schwimmbad- und Saunanutzung
- ▶ Regionale Schlemmerkost; gesunde, leichte Vital- und vegetarische Kost; Vollwertkost; Fasten und Diäten
- ▶ Ausflüge zu vielen Natur- und Kulturstätten im romantischen Nationalpark Harz
- ▶ Wir kümmern uns gerne auch um Ihre Gruppenreise-Planung, inkl. Freizeitprogramm, An- und Abreise!



## Kneipp-Bund Hotel Heikenberg

Heikenbergstraße 21, 37461 Bad Lauterberg

Telefon 05524 857-0, Fax 05524 6741

[info@heikenberg.de](mailto:info@heikenberg.de), [www.kneippbundhotel.de](http://www.kneippbundhotel.de)

## Grußwort



Foto: Andrew Wakeford

Der Kneippverein Rohrbach e.V. kann zu Recht auf ein besonderes Jubiläum blicken. Wenn ein Verein seit 90 Jahren besteht, dann hat er längst unter Beweis gestellt, dass seine Ziele wichtig für die Gemeinschaft sind - über Generationen hinweg.

Der Begründer der Kneipp-Therapie, der Pfarrer und „Wasserdoktor“ Sebastian Kneipp, vertraute auf die Heilkraft der Natur und eine naturgemäße Lebensweise. Seine Lehre beruhte darauf, das Ziel - gesund alt zu werden - sei durch die fünf Säulen der Kneippschen Lehre zu

erreichen: Wasser, Bewegung, Ernährung, Heilpflanzen und einen geordneten Lebensrhythmus, der zur natürlichen Einheit von Körper, Geist und Seele führe.

90 Jahre Kneippverein Rohrbach e.V. bedeutet aus meiner Sicht, 90 Jahre erfolgreiche Arbeit für eine gesunde Lebensweise und für die Nutzung jener Heilmöglichkeiten, die in der Natur – wie auch in uns liegen. In einer sich immer mehr wandelnden Freizeitgesellschaft kommt gerade der Kneipp-Bewegung als einer der sinnvollsten Gesundheitsvorsorgen und gleichzeitig auch wunderbaren Freizeitbeschäftigung für Groß und Klein eine große Bedeutung zu. Spielerisches und kreatives Erlernen von fundamentalen, aber einfachen Gesundheitsregeln und eine neue Sensibilität für die Signale des eigenen Körpers, das zu vermitteln haben sich die Mitglieder des Kneippverein Rohrbach e.V. zur Aufgabe gemacht. So bleibt der Verein stets jung und aktiv.

In diesem Sinne wünsche ich dem Kneippverein Rohrbach für die Zukunft alles Gute - vor allem weiterhin viele engagierte Anhänger und Freunde der Kneipp-Bewegung – und viel Idealismus und Kraft für die kommenden Aufgaben. Dem Festverlauf zum 90-jährigen Bestehen wünsche ich den verdienten Zuspruch und möchte damit auch allen engagierten Mitgliedern ein großes Lob und meinen herzlichen Dank im Namen des Saarpfalz-Kreises aussprechen.

Dr. Theophil Gallo  
Landrat des Saarpfalz-Kreises  
Verbandsvorsteher des Zweckverbandes Biosphäre Bliesgau



## St. Ingbert lebt.

Und dazu leisten wir unseren Beitrag!

Als regionaler Versorger wissen wir um unsere gesellschaftliche Verantwortung und sind deshalb großzügiger Förderer des kulturellen und sportlichen Lebens in St. Ingbert.

[www.sw-igb.de](http://www.sw-igb.de)

Die Nummer 1  
für erstklassige Versorgung



# PRÄVENTIONSMASSAGE

- Rücken- oder Ganzkörpermassage
- Nacken-, Kopf- und Gesichtsmassage
- Ganzheitliche Fußzonenmassage
- Sportmassage
- Schröpfkopfmassage
- Dorn-Breuss-Massage
- Senioren- und Kindermassage

Weitere Anwendungen und Preise auf Anfrage.  
Auch Hausbesuche möglich.

*Silvia*  
**KUHN**  
WELLNESS · MASSAGE

Kahler Allee 8 · 66386 Rohrbach  
[silvia.kuhn@live.de](mailto:silvia.kuhn@live.de) · 0177 80 43 808



### R.E.S.E.T.-MASSAGE

Kiefergelenksentspannung:  
Balanciertes Kiefergelenk –  
blanierter Körper/  
Wirbelsäule

### TUINA-MASSAGE

Massage-Form nach TCM  
Diese löst Blockaden, stimuliert  
den Energiefluss, die Selbst-  
heilungskräfte sowie das Wohl-  
befinden. Schlafstörungen,  
Kiefer, Knie, Schulter-  
verspannungen...



## Grußwort

Liebe Mitglieder und Freunde des Kneipp-Vereins Rohrbach,

ich freue mich sehr, dem Kneipp-Verein Rohrbach in diesem Jahr zu seinem 90-jährigen Vereinsjubiläum gratulieren zu dürfen!

Die Lehre Kneipps, die Sie den Menschen vermitteln, hat bis heute nichts von ihrer Aktualität verloren. Im Gegenteil: Man kann feststellen, dass viele Menschen wieder achtsamer mit sich selbst umgehen und dabei vermehrt Hilfe in der Natur suchen. Damit gewinnt das Zusammenspiel der fünf Elemente – die Kneipp'sche Lehre - wieder eine ganz neue Dimension.

Der Kneipp-Verein Rohrbach vermittelt diese Hilfe seit nunmehr 90 Jahren und spricht die Menschen auf vielfältige Weise an. Unzählige verschiedene Aktivitäten stehen auf dem Programm, die auch die jüngere Generation ansprechen. So ist der Kneipp-Verein ein Verein für die ganze Familie und für alle Generationen geworden und spielt eine wichtige Rolle im sozialen Leben unserer Stadt, insbesondere natürlich in Rohrbach.

Ganz entscheidend für ein gutes Funktionieren eines Vereins ist natürlich ein engagierter Vorstand. Mein Dank geht an alle Vorstandsmitglieder, insbesondere an die 1. Vorsitzende Christel Michély-Fickinger, die seit 18 Jahren den Verein führt. Ohne das große ehrenamtliche Engagement von Ihnen allen könnte der Rohrbacher Kneipp-Verein sich heute nicht so positiv präsentieren, wie er es mit großer Kontinuität tut.

Neben den zahlreichen Angeboten im Sinne der Kneipp'schen Lehre, die regelmäßig stattfinden, sind es natürlich auch die vielen geselligen Veranstaltungen und Exkursionen, die den Verein zusammen halten. Das alles zeigt, dass der Kneipp-Verein Rohrbach auf dem richtigen Weg ist. Junge Menschen begeistern für Traditionen, älteren Menschen im Rahmen des Vereinslebens eine zweite Heimat bieten.

Ich wünsche Ihnen und uns allen, dass Sie auch in Zukunft die Menschen bewegen und aktivieren im Sinne des berühmten Wasserdoktors.

Hans Wagner  
Oberbürgermeister

# WER KNEIPPPT, MUSS AUCH THERMEN.

8 verschiedene Thermalbecken, gefüllt mit zwischen 34° und 37° C warmem Heilwasser aus der Thermalquelle Bad Rilchingen  
3 Dampfbäder · Täglich über 20 Aufgüsse · 6 luxuriöse Saunen zwischen 65° und 90° C · Außenbereich mit Wasserattraktionen  
Restaurant mit köstlichen mediterranen und saarländischen Gerichten · 5 verschiedene Relax- und Ruhebereiche · Großer Wellnessbereich · Täglich kostenlose Wassergymnastik



[www.saarland-therme.de](http://www.saarland-therme.de)

SAARLAND  
THERME



## Grußwort

Der Kneippverein Rohrbach begeht in diesem Jahr sein 90-jähriges Jubiläum, zu dem ich allen Mitgliedern und Gönnern recht herzlich gratulieren darf.

Aufbauend auf den fünf Wirkprinzipien nach Sebastian Kneipp (Wasser – Bewegung – Heilpflanzen – Ernährung – Lebensordnung) bietet der Kneippverein Rohrbach durch zahlreiche Veranstaltungen für alle Generationen die Grundsäulen für ein gesundes Leben bis ins hohe Alter.

Darüber hinaus engagiert sich unsere „Kneippfamilie“ auch für unser Allgemeinwohl im Ort, sei es nun durch den Einsatz am Seniorentag, am Kahlenberg- und Brunnenfest und zuletzt auch wort- und gesangsgewaltig am „Kerwesinge“ im September.

Ein starkes Fundament für diese fünf Säulen bildet die erste Vorsitzende Christel Michély-Fickinger mit ihrem Vorstandsteam, denen ich im Namen aller Rohrbacher Bürger recht herzlich für den unermüdlichen Einsatz danken möchte.

Daher meine Aufforderung an alle Mitbürger: Nutzen Sie das große Angebot des Kneippvereins und ich bin davon überzeugt, dass wir in zehn Jahren gemeinsam ein großartiges Jubiläum feiern werden!

Nach Eurem Jahresmotto „Miteinander – Füreinander“ wünsche ich allen natürlich viel Gesundheit und ein heimatliches

Glück auf

Roland Weber  
Ortsvorsteher Rohrbach

# GESUNDHEIT (ER)LEBEN

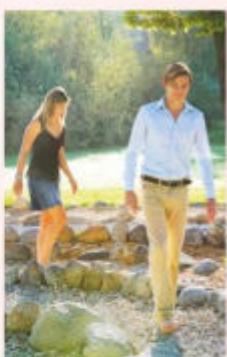
in unseren Kneipp-Bund Hotels  
Bad Wörishofen und Bad Lauterberg

Mehr Spaß, mehr Gesundheit – verknüpfen Sie spannende und erholsame Urlaubstage mit aktiver Gesundheitsförderung, die Spaß macht!

Wir bieten in unseren Kneipp-Bund Hotels

- ▶ familienfreundliche Atmosphäre
- ▶ hochwertige Kneipp-Anwendungen und Anregungen für einen gesunden, ganzheitlichen Lebensstil
- ▶ Großes, kostenloses Wellness-, Aktiv-, Freizeit- und Kneipp-Programm
- ▶ Sauna und Schwimmbad
- ▶ Gartenanlagen mit großzügiger Liegewiese

*Erlangen Sie ganzheitliches Wohlbefinden und fördern Sie aktiv Ihre Gesundheit mit den fünf Elementen nach Sebastian Kneipp.*



**Kneipp**HOTEL  
Bund  
aktiv & gesund  
im Kneipp-Zentrum  
**Bad Wörishofen**

Adolf-Scholz-Allee 6–8  
86825 Bad Wörishofen  
Telefon 08247 3002-297  
Fax 08247 3002-260  
kurbetrieb@kneippbund.de  
www.kneippbundhotel.de

**Kneipp**HOTEL  
Bund  
aktiv & gesund  
**Heikenberg**  
**Bad Lauterberg**

Heikenbergstraße 21  
37461 Bad Lauterberg  
Telefon 05524 857-0  
Fax 05524 6741  
info@heikenberg.de  
www.kneippbundhotel.de

DIE TREFFPUNKTE FÜR VEREINE, GRUPPEN, GESCHÄFTS- UND ALLEINREISENDE



Sehr geehrte Damen und Herren,  
sehr geehrte Frau Michély-Fickinger,  
liebe Kneipp-Freundinnen und Kneipp-Freunde,

mit seinem 90-jährigen Bestehen gehört der Kneipp-Verein Rohrbach zu den traditionsreichen Kneipp-Vereinen Deutschlands. Es ist ein besonderes Jubiläum eines besonderen Vereines: Im Namen des Kneipp-Bundes und seiner Mitglieder gratuliere ich Ihnen herzlich und möchte mich für Ihr Engagement und Ihre Begeisterung, die Sie der Kneippschen Gesundheitslehre entgegenbringen, bedanken. Mit rund 1000 Mitgliedern und einem tollen Angebot ist der Kneipp-Verein Rohrbach ein Aushängeschild unserer Kneipp-Bewegung. Ein Blick auf Ihre Webseite genügt, um zu sehen, dass der Kneipp-Verein Rohrbach keine Wünsche offenlässt. Dafür herzlichen Dank!

Damit Sebastian Kneipps Wunsch, seine Lehre möglichst vielen Menschen bekannt zu machen, entsprochen werden kann, brauchen wir Kneipp-Vereine als Botschafter für mehr Gesundheit. Wir brauchen Menschen, die mit Leidenschaft, Überzeugung und Einsatzbereitschaft für Kneipps Lehre eintreten und diese nach außen tragen. Ein besonderer Dank gilt dem Vorstandsteam um Christel Michély-Fickinger – aber natürlich auch allen anderen Mitgliedern, die den Verein mit Leben füllen und dazu beitragen, dass die Kneippschen Naturheilverfahren an die nächsten Generationen weitergegeben und bewahrt werden.

Man sagt, große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus. Deshalb freue ich mich, dass im Hinblick auf Sebastian Kneipps 200. Geburtstag das Jahr 2021 zum „Kneipp-Jahr“ ausgerufen wurde. Gemeinsam mit Ihnen und allen gesundheitsbewussten Menschen möchten wir in den kommenden drei Jahren mit verschiedenen Aktionen und Kampagnen die öffentliche Aufmerksamkeit auf die Themen Gesundheitsförderung und Prävention nach Sebastian Kneipp lenken. Und vielleicht schaffen wir es bis dahin ja wirklich, dass die UNESCO das Kneippen als Immaterielles Kulturerbe der Menschheit auszeichnet – das wäre wohl mit die größte Auszeichnung, die unser gemeinnütziger, traditionsreicher Gesundheitsverband bekommen könnte.

Ich wünsche Ihnen ein wunderbares Jubiläumsjahr – bleiben Sie aktiv und gesund!

Ihr

Handwritten signature of Klaus Holetschek, MdL, President of the Kneipp-Bund e.V.

Klaus Holetschek, MdL  
Präsident Kneipp-Bund e.V.



# PreVital

Für mehr  
Vitalität und Wohlbefinden

Wirbelsäulenpflege  
® Gesundheitsvorsorge  
Praxis für Vitalogie

Obere Kaiserstrasse 34  
66386 St. Ingbert-Rohrbach  
Tel.: 06894/58148-1, Fax: -2  
mobil: 0177-2182381

## Martina Weber

Wann haben Sie Ihrer Wirbelsäule zuletzt etwas Gutes getan? Entspannen und genießen Sie mit unserer Hilfe, denn wer sich für seine Gesundheit keine Zeit nimmt, muß sie sich für seine Krankheit nehmen.

Weitere Infos unter: [www.prevital-vitalogie.de](http://www.prevital-vitalogie.de)



Stefanie Sebastian  
Peter-Eich-Str. 89  
66386 St. Ingbert  
mobil: 0174/3135893

## Ferienwohnungen Haus Stefanie

Beispielfotos und Beschreibung zu unseren Unterkünften erhalten Sie auch unter: [www.fewo-hausstefanie.de](http://www.fewo-hausstefanie.de)



## Grußworte zum 90-jährigen Jubiläum des Kneipp-Vereins Rohrbach e.V.

In diesem Jahr kann der Kneipp-Verein Rohrbach auf eine 90-jährige Geschichte zurückblicken und zu diesem Jubiläum möchte ich im Namen des Landesvorstands, des Beirats und aller Mitglieder ganz herzlich gratulieren.

Der Kneipp-Verein Rohrbach steht für eine Vielzahl von Angeboten im Sinne Sebastian Kneipps und seiner Lehre und beweist, dass er die Herausforderungen einer sich stetig wandelnden Gesellschaft annimmt und umsetzt. Kneipp ist innovativ, zeitgemäß und generationenübergreifend. Dies zeigen die Angebote an Gesundheitskursen, Themenvorträgen, Thermalbadfahrten und der im Mai jährlich stattfindende Gesundheitstag.

Der Kneipp-Treff, die Begegnungsstätte im Herzen Rohrbachs, ist beliebter Anlaufpunkt zur Pflege sozialer Kontakte, ein wichtiger Faktor im Gesundheitskonzept eines Vereins.

Der Kneipp-Verein Rohrbach versteht sich zu Recht als Gesundheits- und Freizeitpartner, der mit seinem Leitgedanken **gemeinsam statt einsam** einen wichtigen Beitrag mit hoher sozialer Verantwortung leistet. Mit diesen Worten passt er ideal in das diesjährige Motto des Kneipp-Bundes „Miteinander - Füreinander“.

Um dieses zu verwirklichen bedarf es vieler Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren und einen Verein zu dem machen, was er ist.

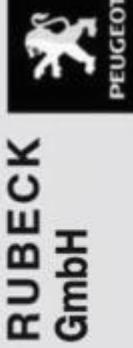
An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön und meine Anerkennung an alle Beteiligten für die geleistete Arbeit.

Ich wünsche dem Kneipp-Verein eine gelungene Jubiläumsfeier, viel Erfolg bei zukünftigen Projekten, den Mitgliedern weiterhin viel Freude am Vereinsleben, viele neue Mitglieder und dem Vorstand mit der engagierten Vorsitzenden Christel Michély-Fickinger viel Energie und vor allem Gesundheit und Spaß im Ehrenamt.

Andrea Pielen  
Vorsitzende Kneipp-Bund Landesverband Saarland e.V.

# AUTOHAUS RUBECK

Wo Service  
löwenstark ist!



RUBECK  
GmbH

Obere Kaiserstr. 14-18 · 66386 St. Ingbert  
Telefon (0 68 94) 5 90 93-0 · Fax: 5 90 93-24

PEUGEOT-VERTRAGSPARTNER E-Mail: Info@autohaus-rubeck.de

Der Saarpfalz-Kreis  
Das Präventionszentrum  
St. Ingbert

**Adresse für  
Ihre Physiotherapie und  
Rehabilitationssport**

Physiotherapie/Krankengymnastik  
auf orthopädischer oder  
neurologischer Basis - jetzt in  
neuen Räumen.

Wir sind zu allen Kassen zugelassen.

Termine unter **06894/963090**

Zentrum für Prävention und Gesundheitsförderung St. Ingbert GmbH & Co. KG  
Klaus-Tussing-Str. 2, 66386 St. Ingbert  
im Gesundheitspark am Kreiskrankenhaus St. Ingbert  
[www.zpg-igb.de](http://www.zpg-igb.de), [info@zpg-igb.de](mailto:info@zpg-igb.de)





Liebe Kneippfreunde,

als der Kneipp-Verein Rohrbach e.V. vor 90 Jahren gegründet wurde, hat wohl niemand vermutet, dass er heute zu den größten Vereinen in Rohrbach gehören wird.

Schon damals war der Slogan: „Unser Ziel – gesunde Menschen“. Hatte anfangs eine DIN-A-4-Seite gereicht, um das Jahresprogramm abzudrucken, ist es heute eine kleine Broschüre und im Internet einsehbar.

Über all die Jahre hinweg war und ist der Kneipp-Verein Rohrbach ein wichtiger Partner wenn es um Freizeitgestaltung und Gesundheitsbewusstsein geht. Dabei reicht die Bandbreite von Bewegungs- über Entspannungskurse bis hin zu Thermalbadfahrten, Kuraufenthalten, Wildkräuter- und Pilzexkursionen sowie Back- und Ernährungsseminaren.

Von den ehrenamtlich Engagierten wurde und wird immer noch viel Zeit zum Wohle unserer Mitglieder und unserer Mitbürger investiert. Für dieses vertrauensvolle und harmonische Miteinander danke ich sehr und hoffe, dass sich immer wieder Menschen finden, die Kopf und Herz auf dem rechten Fleck haben, um sich in dieser Weise zu engagieren.

Das Programmangebot des Kneipp-Vereins Rohrbach mit allen seinen Neuerungen und Modernisierungen zeichnet sich durch ein hohes Maß an Kontinuität aus.

Der Kneipp-Verein Rohrbach möchte dazu beitragen, dass Sie Ihre Gesundheit erhalten können. Gerade in unserer schnelllebigen Zeit setzt sich immer mehr die Erkenntnis durch, dass man nicht genug für die Gesundheit und das eigene Wohlbefinden tun kann, um die körperliche und geistige Fitness zu erhalten, denn sie ist unbestritten nicht nur ein Stück Lebensqualität, sondern das höchste Gut, das man besitzen kann. Wer von diesem Ziel überzeugt ist, jedoch nicht so recht weiß, wie er es umsetzen soll, der findet in der Kneippschen Lehre alles, was dafür notwendig ist. Mit wenig Aufwand, geringen Kosten und einfacher Durchführbarkeit im Alltag wird optimales Wohlbefinden erzeugt. Genau das brauchen wir in einer Zeit, in der Gesundheit immer teurer wird. Naturheilkunde und Schulmedizin stellen keine Gegensätze dar, sondern können sich in sehr fruchtbare Weise ergänzen und bereichern.

Es gibt keine Gesundheit ohne seelische Gesundheit. Diese Aussage stammt von der Weltgesundheitsorganisation und ist nur wenige Jahre alt. Sebastian Kneipp hat dies bereits vor gut 150 Jahren gewusst und die Lebensordnung als zentrales Element in sein ganzheitliches Gesundheitskonzept aufgenommen: „Kaum irgendein Umstand kann schädlicher auf die Gesundheit wirken als die Lebensweise unserer Tage: ein fieberhaftes Hasten und Drängen aller im Kampfe um Erwerb und sichere Existenz. Es muss das Gleichgewicht hergestellt werden zwischen der Lebensweise und dem Verbrauch an Nervenkraft.“

Es liegt an jedem Einzelnen, etwas für seine Gesundheit zu tun!

Der Kneipp-Verein Rohrbach bietet Ihnen mit seinem breitgefächerten modernen Gesundheitsprogramm und gezielten Angeboten im Freizeit- und Breitensport Anregungen und Anreize. Die Initiative, diese Angebote anzunehmen, müssen **Sie** ergreifen. Sie werden dann feststellen, dass Sie auf viele gleichgesinnte gesundheitsbewusste Mitbürger treffen.

Eine gute Zeit im Sinne Pfarrers Kneipp, bleiben Sie aktiv und gesund!

Für Ihr Vertrauen in unsere Arbeit und Ihre Unterstützung danke ich von Herzen!

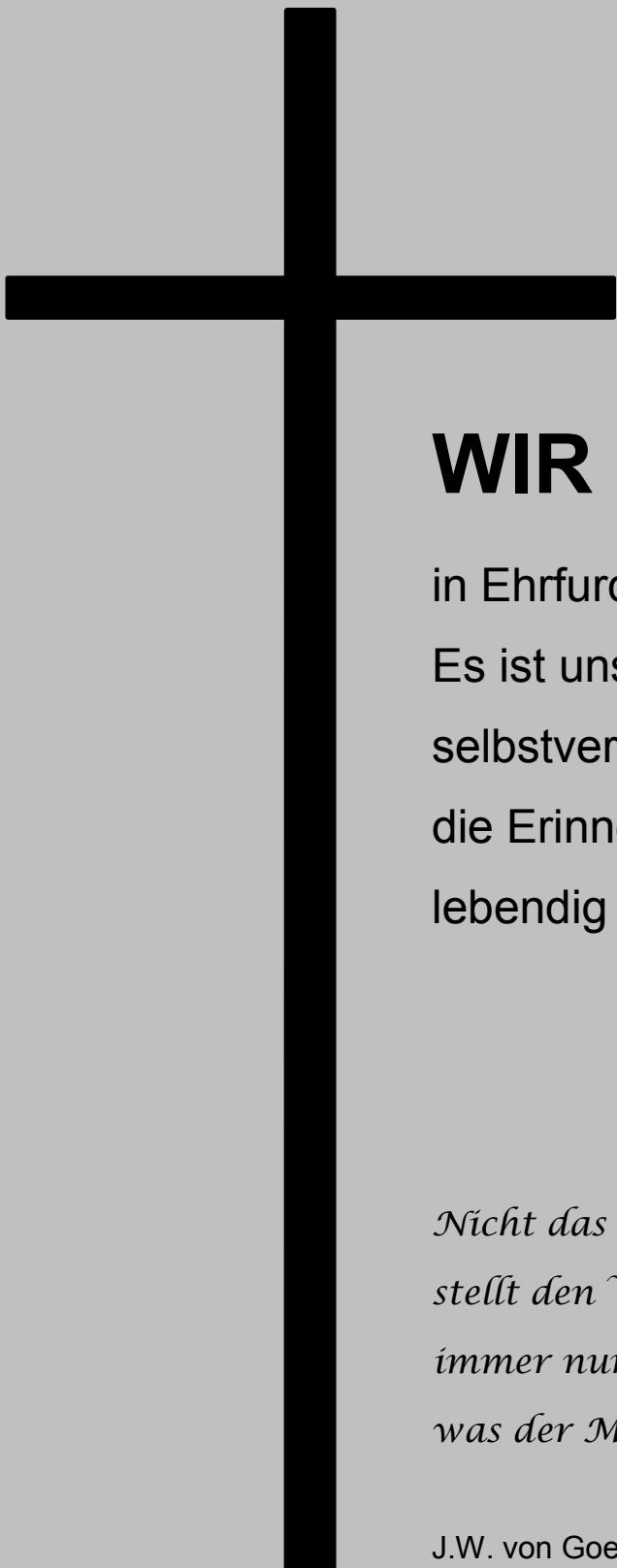
**Christel Michély-Fickinger**

1. Vorsitzende

## **Sebastian Kneipps Lebensweg**

- 1821 17.05. Sebastian Kneipp in Stephansried geboren  
18.05. Taufe in der Klosterkirche zu Ottobeuren
- 1842 17.05. Brand des Elternhauses, Verlust der ersparten 70 Gulden
- 1842 Lateinschüler bei Kaplan Dr. Matthias Merkle und Knecht beim Ortsvorsteher in Grönenbach
- 1844 Eintritt in das Gymnasium in Dillingen (Donau)
- 1848 26.08. Beginn des Theologiestudiums in Dillingen
- 1849 Studium an der Universität München und Dillingen. Fund des Büchleins "Von der Kraft und Wirkung des frischen Wassers in die Leiber der Menschen", verfasst von dem Schweidnitzer Stadtphysikus Johann Siegmund Hahn, danach Tauchbäder in der eiskalten Donau bei Dillingen und Gesundung
- 1850-1852 Studium in München, Freiplatz am Georgianum, dort Heilung zweier Kommilitonen durch Güsse
- 1852 06.08. Erstes HI. Messopfer in der Klosterkirche zu Ottobeuren  
04.10. Kaplan in Biberbach bei Augsburg
- 1853 20.01. Kaplan und Pfarrvikar in Boos bei Memmingen
- 1854 Kneipp verordnet eine Heißanwendung für eine an Cholera erkrankte Magd, wird wegen Kurpfuscherei angezeigt und zu 2 Gulden Polizeistrafe verurteilt  
3. Stadtkaplan bei St. Georg in Augsburg
- 1855 02.05. Kneipp zieht als "Beichtvater" der Dominikanerinnen in Wörishofen ein mit dem Auftrag, die durch die Säkularisation zerstörte Wirtschaft des Klosters wieder aufzubauen
- 1866 31.01. Anzeige des Dr. Schmidt, Türkheim, wegen Kurpfuscherei  
14.03. Verteidigungsschrift Kneipps an das Bischöfliche Ordinariat Augsburg
- 1873 01.01. Das Gesetz über die „Kurierfreiheit“ wird gültig
- 1875-1877 Herausgabe mehrerer Schriften über landwirtschaftliche Themen wie Ackerbau, Vieh-, Kaninchen-, Bienenzucht
- 1881 07.04. Ortsfarrer von Wörishofen. Dr. Bernhuber wird erster ärztlicher Mitarbeiter Kneipps, Erzabt Maurus Wolter von der Benediktinerabtei Beuron bei Sigmaringen nimmt die Hilfe Kneipps in Anspruch und veranlasst ihn, sein Wissen niederzuschreiben
- 1886 01.10. "Meine Wasserkur" erscheint und wird innerhalb weniger Jahre -in 14 Sprachen übersetzt- über den Erdball verbreitet

- 1888 an Pfingsten Eröffnung des ersten Badehauses  
17.06. Dr. Kleinschrod kommt zu Kneipp
- 1889 "So sollt ihr leben" erscheint und wird ebenfalls ein Bucherfolg
- 1890 27.08. Grundsteinlegung für das Priesterkurhaus (später Sebastianum als erste Stiftung Kneipps)  
30.09. Einweihung der Wandelbahn, dort erster Vortrag Kneipps  
14.12. Gründung des Central-Kneipp-Vereins Wörishofen, Erscheinen der "Kneipp-Blätter"
- 1891 21.03. Einweihung des Sebastianums  
07.07. Verlegung der Sprechstunden in das Sebastianum "Ratschläge zur Kinderpflege in gesunden und kranken Tagen" und "Ratgeber für Gesunde und Kranke" erscheinen  
Besuch von Sebastian Kneipp in Würzburg bei seinem Apothekerfreund Leonhard Oberhäuser. Beginn der KNEIPP-WERKE
- 1892 18.04. Erste Vortragsreihe Kneipps  
29.04. Immediatgesuch Kneipps an Prinzregent Luitpold von Bayern, die Hydrotherapie an den Landesuniversitäten zum obligaten Lehrfach zu erheben  
22.08. Dr. med. Alfred Baumgarten wird Kneipps ärztlicher Mitarbeiter  
01.10. Die ersten Barmherzigen Brüder mit Prior Bonifaz Reile kommen nach Wörishofen
- 1893 20.01. Eröffnung des Kinderasyls (später Kneippsche Kinderheilstätte)  
17.10. Ernennung Kneipps zum Päpstlichen Geheimkämmerer mit dem Titel eines Monsignore durch Papst Leo XIII.  
25.11. Kneipp übergibt vertraglich das Sebastianum und das Kinderasyl den Barmherzigen Brüdern
- 1894 01.02. Gründung des Internationalen Vereins Kneippscher Ärzte  
15.2.-07.03. Romreise Kneipps mit Audienzen bei Papst Leo XIII., den Kneipp auf Wunsch mit Waschungen behandeln darf  
10.06. Eröffnung der Erweiterungsbauten des Sebastianums
- 1895 Richtfest des Kneippianums
- 1896 09.11. Letzte Vortragsreise Kneipps
- 1897 05.03. Beginn der Erkrankung  
01.04. Letzter öffentlicher Vortrags Kneipps  
17.06. Kneipp um 4.30 Uhr verstorben  
21.06. Beerdigung



## **WIR GEDENKEN**

in Ehrfurcht unserer Toten.

Es ist uns eine  
selbstverständliche Pflicht,  
die Erinnerung an sie  
lebendig zu halten.

*Nicht das Freuen - nicht das Leiden -  
stellt den Wert des Lebens dar,  
immer nur wird das entscheiden,  
was der Mensch dem Menschen war*

J.W. von Goethe

## **Chronik des Kneipp-Verein Rohrbach e.V.**

Der Kneipp-Verein Rohrbach wurde am 1.1.1928 durch Wilhelm Schwartz, Gewerbeoberlehrer aus St. Ingbert, gegründet. Die Gründungsversammlung wählte Johann Jung zum 1. Vorsitzenden des Vereins. Nach 20 Jahren übernahm Alfons Jung die Leitung des Vereins, die er 1967 an Alfred Tholl weitergab. Ab 1973 leitete Hedwig Kessler die Geschicke des Vereins.

Seit dem 26. März 2000 ist Christel Michély-Fickinger die 1. Vorsitzende.

Vorstandsschaft seit Gründung des Vereins:

1.1.1928-1948	1. Vorsitzender	Johann Jung
1948 -1967	1. Vorsitzender	Alfons Jung
	2. Vorsitzender	Robert Wagner
	Schatzmeister	Ferdinand Erbelding
	Beirat	Helene Jung Frau Knoll Frau Allmannsberger
	Kassenprüfer	Karl Werner Fischer, Theo Scholl
6.3.1967 - 1971	1. Vorsitzender	Alfred Tholl
	2. Vorsitzende	Therese Haberer
	Schatzmeister	Theo Scholl
	Schriftführerin	Wiltrud Recktenwald
	Beirat	Gustav Wagner Rita Leinhäuser Gertrud Kern Gertrud Thiel Helene Jung Ursula Büch
	Kassenprüfer	Gerhard Schaar, Therese Haberer
1971 - 5.2.1973	1. Vorsitzender	Alfred Tholl
	2. Vorsitzende	Hilde Robert
	Schatzmeister	Gertrud Stumpf
	Beirat	Gertrud Kern Gustav Wagner
	Kassenprüfer	Gerhard Schaar, Therese Haberer
5.2.1973 - 17.2.1976	1. Vorsitzende	Hedwig Kessler
	2. Vorsitzender	Johannes Stephan
	Schatzmeister	Gertrud Stumpf
	Schriftführerin	Gisela Wagner
	Beirat	Alfred Tholl Johann Schmitt
	Kassenprüfer	Gerhard Schaar, Therese Haberer

17.2.1976 - 24.3.1980	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführer Beirat	Hedwig Kessler Johannes Stephan Gisela Wagner Alfred Kessler Franz Lauer Gertrud Stumpf Linni Dettmer Hilde Robert Gerhard Schaar, Therese Haberer	
24.3.1980 - 27.3.1984	Kassenprüfer	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführer Beirat	Hedwig Kessler Johannes Stephan Gisela Wagner Alfred Kessler Gertrud Stumpf Paula Müller Maria Batzler



Ihre Nr.1 in St.Ingbert wenn es um RENAULT & DACIA geht !!!

## AUTOHAUS ERICH BENDER e.K. RENAULT & DACIA - Vertragshändler

Obere Kaiserstraße 7-11 • 66386 St.Ingbert - Rohrbach • Tel. 06894 / 5621

**[www.autohaus-erich-bender.de](http://www.autohaus-erich-bender.de)**

Wir sind IHR einzig RENAULT & DACIA - Vertragshändler in St.Ingbert !!!

## Jürgen Lambrecht GmbH

**Heizung · Sanitär · Solar**

- Beratung
- Planung
- Montage
- 24-Stunden-Kundendienst
- Planung von Bädern
- alten- und behindertengerecht



	Kassenprüfer	Katharina Pfeifer Antonia Klein Gertrud Michel Paul Scholz Willi Hardeck, Therese Haberer
27.3.1984 - 07.6.1988	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführer Beirat	Hedwig Kessler Hermann Dellmuth Gisela Wagner Alfred Kessler Gertrud Stumpf Paula Müller Ernestine Graumann Maria Batzler Katharina Pfeifer Antonia Klein Wilma Hort Margarethe Stephan
7.6.1988 - 24.3.1992	Kassenprüfer 1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführer Beirat	Willi Hardeck, Imelda Krämer Hedwig Kessler Wolfgang Kienzler Gisela Wagner Alfred Kessler Maria Batzler Anne Behles Heinz Gehring Wilma Hort Rosemarie Jacob Antonia Klein Katharina Pfeifer Sigrid Scholz Anna Katharina Schwarz Petra Wendel
24.3.1992 - 24.3.1996	Kassenprüfer 1. Vorsitzende 2. Vorsitzende Schatzmeisterin Schriftführerin Beirat	Willi Hardeck, Imelda Krämer Hedwig Kessler Susanne Schmitt Christel Michély-Fickinger Imelda Krämer Wilma Hort Rosemarie Jacob Margarethe Michely Katharina Pfeifer Sigrid Scholz Wilhelma Spieß Gisela Wagner Petra Wendel
	Kassenprüfer Chronik	Gisela Wagner, Trudel Thiel Trudel Thiel
24.3.1996 - 26.3.2000	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender	Hedwig Kessler Christof Dahlem



- medizinische Fußpflege
- Massage der Fuß-Reflexzonen
- Nagelprothetik
- Orthose nach Maß
- Spangentechnik
- Nagellack UV

Hausbesuche  
nach Vereinbarung

# Bestattungen & Vorsorgeberatung

*Wirtz*

St. Ingbert-Rohrbach

Tel. 06894-590540

	Schatzmeisterin Schriftführer	Christel Michély-Fickinger Herbert Fickinger
	Beirat	Wilma Hort Rosemarie Jacob Margarethe Michely Katharina Pfeifer Theo Scholl Sigrid Scholz Wilhelma Spieß Rita Tillmanns Gisela Wagner
	Kassenprüfer Chronik	Trudel Thiel, Gisela Wagner Trudel Thiel
26.3.2000 – 28.3.2004	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführerin	Christel Michély-Fickinger Gisela Seib/Otmar Kunzelmann Elke Schaer-Stief Edel Kunzelmann
	Beirat	Gudrun Behr Herbert Fickinger Petra Grell Wilma Hort Margarethe Michely Jutta Robert-Jacob Marie Luise Schlapp Paul Scholz Sigrid Scholz
	Ehrenvorsitzende Kassenprüfer Chronik	Hedwig Kessler Beate Braun, Walter Jacob Trudel Thiel
28.3.2004 – 9.3.2008	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführerin	Christel Michély-Fickinger Otmar Kunzelmann/Marie-Luise Schlapp Bärbel Michaeli/Brigitte Rixecker Edel Kunzelmann
	Beirat	Beate Braun Hans Braun Herbert Fickinger Wilma Hort Romy Krammel Margarethe Michely Jutta Robert-Jacob Sigrid Scholz Paul Scholz
	Ehrenvorsitzende Kassenprüfer Chronik	Hedwig Kessler Walter Jacob, Elke Schaer-Stief Trudel Thiel

9.3.2008 – 25.3.2012	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführerin	Christel Michély-Fickinger Horst Gräßer Brigitte Rixecker Edel Kunzelmann
	Beirat	Herbert Fickinger Romy Krammel Otmar Kunzelmann Margarethe Michely Gisela Peters Peter Rink Anita Schmitt
	Ehrenvorsitzende Kassenprüfer Chronik	Hedwig Kessler Beate Braun, Elke Schaar-Stief Trudel Thiel
25.3.2012 - 23.3.2014	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführerin Beirat	Christel Michély-Fickinger Horst Gräßer Brigitte Rixecker Edel Kunzelmann Herbert Fickinger Romy Krammel Otmar Kunzelmann

# GRABMALE RICHTER GMBH

Meisterbetrieb seit 1960 in St. Ingbert

## GRABDENKMALE IN ALLEN GESTEINSARTEN

Urnengrabanlagen  
Einfassungen  
Grababdeckungen  
Grabschmuck

**Peter Richter – Steinmetz- und Steinbildhauermeister**

Neunkircher Weg 138a · 66386 St. Ingbert · Telefon: 0 68 94/28 01  
[www.grabmalerichter.de](http://www.grabmalerichter.de) · E-Mail: [grabmale.richter@online.de](mailto:grabmale.richter@online.de)

	Ehrenvorsitzende Kassenprüfer Chronik	Margarethe Michely Judith Oberhauser-Mackert Gisela Peters Anita Schmitt Manuela Wass Hedwig Kessler Elke Schaar-Stief, Cäcilia Jungfleisch Trudel Thiel
23.3.2014 – 20.3.2016	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführerin Beirat	Christel Michély-Fickinger Horst Gräßer Edel Kunzelmann Judith Oberhauser-Mackert Herbert Fickinger Otmar Kunzelmann Margarethe Michely Gisela Peters Manuela Wass Hedwig Kessler Elke Schaar-Stief, Cäcilia Jungfleisch Trudel Thiel
20.3.2016 – 09.10.2017	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführer Beirat	Christel Michély-Fickinger Horst Gräßer †09.10.2017 Edel Kunzelmann Volker Rupp Herbert Fickinger Otmar Kunzelmann Margarethe Michely Judith Oberhauser-Mackert Gisela Peters Manuela Wass Hedwig Kessler Elke Schaar-Stief, Eugen Hauck, Beate Braun Trudel Thiel (bis 26.03.2017)
18.11.2017-25.03.2018	2. Vorsitzender (kommissarisch)	Otmar Kunzelmann
Ab 25.03.2018	1. Vorsitzende 2. Vorsitzender Schatzmeisterin Schriftführer Beirat  Ehrenvorsitzende Kassenprüfer	Christel Michély-Fickinger Otmar Kunzelmann Edel Kunzelmann Volker Rupp Herbert Fickinger Margarethe Michely Judith Oberhauser-Mackert Gisela Peters Christel Reichelt-Weidmann Manuela Wass Hedwig Kessler Elke Schaar-Stief, Eugen Hauck, Beate Braun

## **Vorstand im Jubiläumsjahr**



**Christel Michély-Fickinger**  
Erste Vorsitzende



**Otmar Kunzelmann**  
Zweiter Vorsitzender



**Edel Kunzelmann**  
Schatzmeisterin



**Volker Rupp**  
Schriftführer

### **Beiratsmitglieder**



**Herbert Fickinger**



**Margarethe Michely**



**Judith Oberhauser-Mackert**



**Gisela Peters**



**Christel Reichelt-Weidmann**



**Manuela Wass**

## Ehrungen im Jubiläumsjahr

### 10-jährige Mitgliedschaft

Horst Wickboldt  
Gino Fragapane  
Kurt Bender  
Heike Thiery-Kanbach  
Natalie Glas  
Monika Neis  
Ursula Höfert  
Doris Hector  
Elke Hannecke  
Annette Conrad  
Stephan Brecht  
Beatrice Echasseriau  
Birgitta Fariwar  
Akbar Fariwar  
Diana Pohla  
Herta Gölzer  
Wilfried Käding  
Heinz Stolz  
Brunhilde Stolz  
Peter Rink  
Sigrid Kratz  
Elisabeth Staut  
Regina Schmitt

### 25-jährige Mitgliedschaft

Michael Schmidt  
Walter Jacob  
Elke Schaar-Stief  
Ewald Stief  
Laura Stief  
Marianne Haselmaier  
Brigitte Rohe  
Astrid Eisenla  
Renate Preßmann  
Susanne Simon  
Edith Buhles  
Agnes Deckarm  
Brigitte Rixecker  
Anne Thiel-Laval

**HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH**

### 40-jährige Mitgliedschaft

Beate Dohr

### 50-jährige Mitgliedschaft

Gisela Lindemann  
Katharina Pfeifer  
Günter Pfeifer  
Renate Diener  
Hans-Werner Diener

## Vereinsportrait des Kneipp-Verein Rohrbach e.V.

Mit derzeit über 1000 Familienmitgliedern ist der Kneipp-Verein Rohrbach einer der größten Vereine in diesem Ortsteil von St. Ingbert. Der Anteil der Mitglieder liegt bis zu einem Alter von 40 Jahren bei 25 %, von 41 bis 60 Jahren bei 30 % und über 60 Jahren bei 45 %. Vierzehn Mitglieder sind älter als 90 Jahre.

Durch den Gewerbelehrer Wilhelm Schwartz aus St. Ingbert wurde 1928 der Rohrbacher Kneipp-Verein gegründet. Danach bekleideten Alfons Jung und Alfred Tholl das Amt des Vorsitzenden und von 1973 bis zum Jahre 2000 Hedwig Kessler, die heutige Ehrenvorsitzende. Schon seit 1992 als Schatzmeisterin im Vorstand, übernahm Christel Michély-Fickinger am 26. März 2000 die Leitung des Vereins.

Die Pflege des Bewährten und der Mut, immer wieder Neues anzubieten, macht die Mitgliedschaft im Kneipp-Verein Rohrbach äußerst attraktiv, zumal 2006 für die jungen Leute von 18 – 27 Jahren ein günstiger Jugendbeitrag eingeführt wurde.

Basierend auf den fünf Säulen der Kneippschen Lehre: Wasser – Heilpflanzen – Ernährung – Bewegung – Lebensordnung-, bietet der Verein von Autogenem Training, über Drums alive, Gedächtnistraining, Stepp-Aerobic, Wirbelsäulen-, Wasser- und anderen Gymnastikgruppen, Geselliges Tanzen und Qi Gong bis Yoga in über 30 Gruppen Gesundheitskurse an. Zu erwähnen sind auch die beiden Gruppen „Radfahren mit Spaß“ und „Radl-fit“. Seit 2007 hat sich eine Prellball- und Leichtathletikgruppe, die damals eine neue Heimat suchten, dem Kneipp-Verein Rohrbach angeschlossen und belegt alljährlich bei den saarländischen Leichtathletikseniorenmeisterschaften vordere Plätze. Auch andere Gruppen präsentieren den Verein bei überörtlichen Veranstaltungen und auf Landesverbandsebene.

Angeboten werden Kurse in der Rohrbachhalle, Pestalozzischule, Johannesschule, auf dem Sportplatz am Schützenhaus, im Schwimmbad „das blau“ in St. Ingbert und nicht zuletzt seit 2006 im Kneipp-Treff in der Oberen Kaiserstraße 50.

Gerade der Kneipp-Treff wurde eine Begegnungsstätte für Jung und Alt. Jeden Mittwochnachmittag von 15.00 bis 17.00 Uhr, auch manchmal länger, kann man bei Kaffee, Tee oder anderen Getränken sowie selbstgebackenem Kuchen ein Plauderstündchen einlegen, Kontakte pflegen bei „Rummikub“, „Canasta“ oder einem anderen Lieblingsspiel, beim Stricken, Singen oder Basteln. Das Angebot erweitert sich durch Vorträge mit unterschiedlichsten Themen, Fastenwochen, Backkursen, Wildkräuter- und Pilzexkursionen, den monatlichen Thermalbadfahrten nach Bad Bergzabern, Bad Kreuznach oder Bad Schönborn, interessanten Halb- und Tagesfahrten sowie Kurz- bzw. Kururlaube nach Bad Lauterberg und Bad Wörishofen.

Ein Höhepunkt im jährlichen Veranstaltungskalender ist der Kneipp-Gesundheitstag, der zu Ehren des Namensgebers Sebastian Kneipp anlässlich seines Geburtstages am 17. Mai im Jahre 1821 ausgerichtet wird.

Das umfassende Bewegungsangebot des Kneipp-Vereins Rohrbach sowie die vielfältigen Aktivitäten als Gesundheits- und Freizeitpartner bietet allen Altersgruppen die Möglichkeit, ihre freien Stunden sinnvoll zu gestalten und sich gesundheitlich fit zu halten.

**Zum Fortbestand des Vereins auf dem heutigen anspruchsvollen Niveau werden auch immer wieder engagierte Mitglieder gesucht, für die die interessante ehrenamtliche Mitarbeit im Verein ein Vergnügen ist**



im

## Kneipp-Verein Rohrbach e.V.

Entspannung und Geselligkeit  
 Freude an Bewegung und Fahrten,  
 Informationen bei Vorträgen und Exkursionen

## „Radl-fit“

jeden Freitag um 13.30 Uhr



Das Freizeitprogramm dieser Gruppe im Alter zwischen 60 und um die 75 Jahre beinhaltet sportliches altersgerechtes Radfahren zwischen 40 und 60 km auf überwiegend Rad- und Waldwegen, wobei man auch kurze Anstiege nicht scheuen sollte.

Die ersten Touren sind immer ausgesprochene Flachtouren für Einsteiger und neue Teilnehmer. In den Sommermonaten stehen einige Ganztagestouren zwischen 60-80 km auf dem Programm.

Gefahren wird nur bei trockenem Wetter und mit Helm. Als Sportgerät ist nahezu jedes verkehrssichere Fahrrad, auch E-Bike geeignet.

Eine zünftige Einkehr gehört dazu.

„Würden alle guten Lehren angenommen und befolgt, so wäre die Erde längst schon der Himmel“

(Sebastian Kneipp)

## Susanne Jacob • Sibylle Hahn



Saarbrücker Straße 9a  
66386 St. Ingbert  
Telefon: 0 68 94 / 9 96 84 59

[www.jacob-hahn.de](http://www.jacob-hahn.de) • [info@jacob-hahn.de](mailto:info@jacob-hahn.de)



Pestalozzistraße 23  
66386 St. Ingbert  
Telefon & Fax: 0 68 94 / 5 33 34



**Gymnastik „Sonniger Herbst“,  
montags 16 Uhr**



Wer sich bewegt ist klar im Vorteil - auch wenn es Einschränkungen gibt. Gerade dann !!! Wer nicht mehr auf den Boden kommt oder nicht mehr lange stehen kann, ist bei Elfie Schäfer genau richtig im Kurs. Auch mit Stühlen und an Stühlen kann man – egal ob Frau oder Mann – einiges für seine Gesundheit tun. Besonders beliebt sind die thematischen Tänze im Sitzen. Koordinations- u. Balanceübungen steigern das Gleichgewichtsgefühl und dienen dadurch der Sturzprophylaxe. Fingerübungen regen das geistige Zentrum an, vermehrte Bewegung stärkt die Muskelkraft, verbessert die Motorik und setzt nicht zuletzt Hormone frei, die zur Stimmungsaufhellung führen; wozu auch die lockere Gesellschaft unter Gleichgesinnten beiträgt. Als Hilfsmittel werden Therabänder, Hanteln, Bälle und Musik benutzt. Wer sich angesprochen fühlt, ist herzlich willkommen.

**Geschenke  
Schmuck & Accessoires  
[www.eb-2design.de](http://www.eb-2design.de)**

**2design**  
trendige Mode-Schuhe & mehr

Elfi Bauer ☎ 0 68 94 - 99 83 83

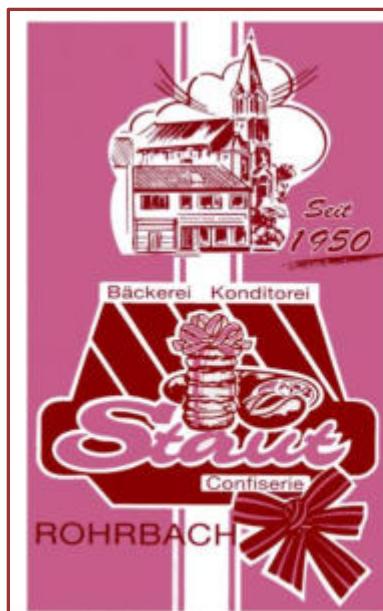
Bahnhofstraße 2 • 66386 Rohrbach • [eb-2design@t-online.de](mailto:eb-2design@t-online.de)

Mo. - Fr: 9.30 - 12.30 Uhr & 14.30 - 18.00 Uhr · Sa.: 9.30 - 13.00 Uhr · **Mittwochs geschlossen!**

## Step aerobic, montags 19 Uhr



Wenn Sie bei Musik nicht stillhalten können, dann ist Step-Aerobic genau das Richtige. Nicht nur Ihr Herz-Kreislauf System wird auf Vordermann gebracht, sondern auch Ihre Muskeln werden gedehnt und gekräftigt und so die Gelenkigkeit und Ausdauer gestärkt. Ob verspannter Nacken, schmerzender Rücken, Stress im Büro oder ein paar Pfunde zu viel, die Kombination aus Herz-Kreislauf- und Muskeltraining ist die ideale Therapie. Die vielen Schritt-kombinationen und die intensive Armarbeit halten die Pulsfrequenz hoch, die mitreißende Musik sorgt für die entsprechende Motivation und den Spaß.



Für Ihre Festlichkeiten empfehlen wir unsere reichhaltige Auswahl an Kuchen und Torten.

Besonders zu empfehlen sind unsere

**Pralinen**  
aus eigener Herstellung

**Mit besten Zutaten  
in handwerklicher  
Qualität gemacht.**

Auf Ihren Besuch freuen sich

Konditormeister

Manfred STAUT jun. mit Frau Ute

und Bäckermeister

Manfred STAUT mit Frau Rita

66386 St. Ingbert-Rohrbach • Obere Kaiserstraße 161 • Telefon 0 68 94 / 56 10  
[www.Backstube-Saarland.de](http://www.Backstube-Saarland.de) • E-Mail: [manfredstaут@t-online.de](mailto:manfredstaут@t-online.de)

**Wassergymnastik,**  
montags 19 Uhr



Bewegung im Wasser ist eine gute Therapie bei vielen Problemen des Bewegungsapparates und der Muskulatur.

Vor allem die Beweglichkeit bei Arthrose in Hüft- und Kniegelenken kann verbessert werden, verbunden mit einer Minderung der Schmerzen und einer gleichzeitigen Stärkung des Gleichgewichtes.

Aber nicht nur bei schon vorhandenen Problemen ist die Wassergymnastik hilfreich. Die Bewegung im Wasser erhöht das allgemeine Wohlbefinden und kann dabei helfen, gesundheitlichen Schwierigkeiten rechtzeitig vorzubeugen.

**Tierarztpraxis Rohrbach**

Dr. Christiane Kersting-Gerecke



Obere Kaiserstr. 125 · D 66386 St. Ingbert - Rohrbach  
Telefon 0 68 94 590 81 71 · Fax 0 68 94 5 90 81 74  
[info@tierarzt-rohrbach.de](mailto:info@tierarzt-rohrbach.de) · [www.tierarzt-rohrbach.de](http://www.tierarzt-rohrbach.de)

## Vortrag

„Frühlingskräuter und ihre Verwendung“



Im Frühling erwachen die Pflanzen aus ihrem Winterschlaf und drängen an die Oberfläche. Sehr viele dieser Kräuter schmecken gut. Dies gerät oft in Vergessenheit. Dabei sind Wildkräuter für eine gesunde Ernährung optimal: Sie verfügen im Durchschnitt über ein mehrfaches an Vitaminen, Mineralien und Vitalstoffen wie kultivierte Pflanzen aus dem Gewächshaus.

Dieser Vortrag ist ein Beispiel aus dem reichen Angebot an Veranstaltungen im Kneipp Treff.

### Gartenpflege

Ralf Matthias Schael

Am Alten Forsthaus 25

66386 St. Ingbert

fon 06894 / 3294

fax 06894 / 3295

Mobil 0170 / 4714570

email: [info@familie-schael.de](mailto:info@familie-schael.de)



### Preiswerte Dauerpflege

ab 140 € / Monat: Rasen  
mähen, Beete jäten, Hecken  
schneiden, Bäume lichten,  
Pflaster säubern, Hochgras-  
/Gestrüpp-Flächen mulchen  
Was anderes ? Fragen Sie...  
Ihr Wunsch: unser Maßstab.

## Wildkräuterexkursion



Auf den ersten Blick ist alles einfach nur grün. Wenn man aber beginnt, sich für Pflanzen zu interessieren, wird man erstaunt sein, wie viele Heilkräuter um uns herum gedeihen. Hunderttausende Jahre waren Heilkräuter das einzige Arzneimittel der Menschheit. Ob Gänseblümchen oder Löwenzahn, fast alle „Unkräuter“ haben heilende Kräfte. Nach der Exkursion wird Peter Rink über die gesammelten und andere Kräuter referieren und wertvolle Tipps geben. Festes Schuhwerk, wettergerechte Kleidung, Sammelkorb, Taschenmesser, und - falls vorhanden - Lupe, Bestimmungsbuch und Fotoapparat sind gute Voraussetzungen, um aktiv teilzunehmen.

„Gegen jede Krankheit ist ein Kraut gewachsen“  
(Sebastian Kneipp)



*Blumen Maas*  
Obere Kaiserstraße 131  
66386 Rohrbach  
Tel. 0 68 94-9 98 92 50

Blumen und Pflanzen

Trauerkränze und  
Gestecke

Hochzeiten, Sträuße

**Prellball,**  
montags 20 Uhr (im Winterhalbjahr)



(Das Bild entstand anlässlich des 10-jährigen Jubiläums der Gruppe.)

Prellball ist eine Mannschaftssportart, die die richtige Mischung aus Fitnesstraining, sportlicher Herausforderung, positiver Freizeitgestaltung und Geselligkeit bietet.

Auf einem Spielfeld, das in der Mitte durch ein Netz in 40 cm Höhe geteilt ist, stehen sich zwei Mannschaften mit je vier Spielern gegenüber. Jede Mannschaft hat die Aufgabe, den Ball mit der Faust oder dem Unterarm so auf den Boden des Eigenfeldes zu prellen, dass er über das Netz ins Gegenfeld gelangt. Dabei ist jeder Spieler bemüht, den Ball so gekonnt zu spielen, dass die Annahme dem Gegner erschwert wird.

**Leichtathletik,**  
mittwochs 18 Uhr (im Sommerhalbjahr)

Das Leichtathletik-Team vertritt den Verein bei Seniorenwettkämpfen.

Es wurden schon viele Titel und auch schon etliche Podest-Plätze errungen.

Zum Beispiel immer wieder bei den Saarländischen Seniorenmeisterschaften.

Auch bei den Südwestdeutschen Senioren-Meisterschaften 2017 in St. Wendel konnten hervorragende Ergebnisse erzielt werden.



**„Aktiv in den Tag“,  
mittwochs 10 Uhr**



Egal ob Sie bereits seit Jahren körperlich aktiv sind oder eher zu den Ungeübten gehören, körperliche Bewegung tut gut.

Und das Schöne dabei ist, dass man in jedem Alter damit anfangen kann, egal ob mit 60, 70, 80 Jahren oder älter.

Aktive Menschen sind vitaler und erhalten sich ihre Selbstständigkeit bis ins hohe Alter.

**Werden Sie aktiv und bleiben Sie IN FORM!**



Inhaberin Sonnhild Hooß-Klein  
Spieser Str. 86, 66386 St. Ingbert  
Tel.: 06894-580348 Fax: 06894-580717

[info@sonnhild-klein.de](mailto:info@sonnhild-klein.de)  
[www.sonnhind-klein.de](http://www.sonnhind-klein.de)

Inhaberin: Sylvia Kötteritzsch  
Rentamtstraße 40 (Ecke Enzheimer Str.)  
66386 St. Ingbert

Tel./Fax: 06894/870772  
E-Mail: info@physiotherapie-igb.de  
[www.physiotherapie-igb.de](http://www.physiotherapie-igb.de)  
Behindertengerechter Eingang mit Rollstuhlrampe



### WIR BESUCHEN SIE AUCH GERNE ZUHAUSE

- Krankengymnastik/Physiotherapie
- Auch auf neurophysiologischer Grundlage für Erwachsene und Kinder
- Klassische Massage
- Manuelle Lymphdrainage
- Craniosakrale und Craniofaziale Therapie
- Manuelle Therapie/Nervenmobilisation
- Triggerpunkt-Therapie/Kinesiotaping
- Bobath-Therapie

# KGLauer

THERAPIE · PRÄVENTION

Praxis für Physiotherapie,  
Rehabilitation und  
Gesundheitsprävention

- Gesundheitsberatung beruflich und privat
- Atem- und Mukoviszidosetherapie
- Migräne-/Kopfschmerz-/Tinnitus-Kiefergelenkstherapie
- Ganzheitliche Körper- und Schmerztherapie
- Beckenbodengymnastik
- Prävention – Rehabilitation
- Rückenschule/Wirbelsäulengymnastik
- Progressive Muskelentspannung, Stressabbau
- Wohlfühl-Massagen (Hot Stone, Fußreflex, etc.)

Tel. 06894/870772

[www.physiotherapie-igb.de](http://www.physiotherapie-igb.de)

[www.suedpfalz-therme.de](http://www.suedpfalz-therme.de)

Mehr als Wärme ...  
natürlich.  
in Bad Bergzabern.

Therme – Sauna – Salzgrotte – Wellness – Gesundheit

Südpfalz Therme

Kurtalstraße 27 · 76887 Bad Bergzabern · Tel. 06343 / 9340-10  
Öffnungszeiten: Therme-Sauna: tägl. 9-22 Uhr, Fr, Sa 9-23 Uhr, Di 9-22 Uhr Dampfsauna

**Gymnastik „Top in Form“, mittwochs 19 Uhr**



Wenn Sie Abwechslung in Ihrem Trainingsprogramm möchten und zur Generation 60+ gehören, dann sind Sie hier genau richtig.

Ganzkörpertraining zur Mobilisierung der Gelenke, Kräftigung der Muskelgruppen, Anregung des Stoffwechsels, Beckenbodenübungen, Gleichgewichtsschulung, Entspannungsübungen, Spiele und Tänze sind Beispiele für die reiche Auswahl in diesem Kursus.

The logo consists of a pair of green scissors with decorative handles and a blue comb with white teeth, positioned above the salon's name.

**Jazz-Dance „Soleil“,  
freitags 20 Uhr**



Tanzbegeisterte sind in unseren Jazz-Dance- und Hip-Hop-Kursen herzlich willkommen.  
Es werden jeweils Bewegungselemente aus Jazz-Dance, Hip-Hop, Street-Dance, Jump Style und allem, was so „in“ ist zu Showtänzen choreografiert.  
Außer dem Spaß am Tanzen werden Kondition, Koordination und Beweglichkeit, sowie Gemeinschaftssinn gefördert.  
Mit dem Mut, vor Publikum aufzutreten, wird auch das Selbstbewusstsein gestärkt.  
Die Gruppen repräsentieren unseren Verein bei vielen Gelegenheiten auf hervorragende Weise.



**Neu  
Laser und  
Glasgravuren**

**VGS**  
GRAVUREN  
AWARDS  
KAYSERZINN  
SILKE KAYSER

Obere Kaiserstr. 50 D-66386 Sankt Ingbert  
Tel. (0049) 06894 5532 Fax.(0049) 06894 52546  
[www.kayserzinn.de](http://www.kayserzinn.de) [kayser@kayserzinn.de](mailto:kayser@kayserzinn.de)



**Jazz-Dance "s.h.o.b." (stay happy on beat),  
freitags, 18 Uhr**



„Wer keine Zeit für seine Gesundheit hat, wird später viel Zeit für seine Krankheiten brauchen“.

(Sebastian Kneipp)

**michaeli und partner**  
eckstrasse 76      66386 st. ingbert-rohrbach  
[www.michaeliundpartner.de](http://www.michaeliundpartner.de)  
t 06894-51127 f 06894-51138

**Hip-Hop „Magic Girls“,  
freitags, 16 Uhr**



## **„ZUM MÜHLEHANNES“**



**TÄGLICH STAMMESSEN !**

### **Hotel – Restaurant**

Seit 1905 in Familienbetrieb.  
Zimmer mit Dusche und WC.  
Wir empfehlen unser Haus für  
Familienfeiern jeder Art.

**Inh. Judith Michely-Faltermann  
Obere Kaiserstraße 97-101  
66386 St. Ingbert / Rohrbach**



06894/9556-0  
06894/9556-19

**Hip-Hop "The Originals",  
freitags, 17 Uhr**



„Ich lobe den Tanz  
denn er befreit den Menschen  
von der Schwere der Dinge  
bindet den Vereinzelten  
an die Gemeinschaft“  
(Augustinus)

## Wirbelsäulengymnastik, donnerstags 19 Uhr



Wirbelsäulengymnastik ist etwas für alle, die unter Verspannungen leiden, Haltungsschwächen haben oder die Rückenmuskulatur gezielt stärken möchten. In den Kursen trainieren Sie alle Muskelgruppen, die für eine gute Körperhaltung entscheidend sind. Generell runden spezielle rückenfreundliche Entspannungsübungen das Programm ab.

Der Kurs kann allerdings einen Arztbesuch oder die Krankengymnastik nicht ersetzen. Wenn Sie an chronischen, entzündlichen oder ungeklärt akuten Beschwerden der Wirbelsäule leiden, sollten Sie zuerst den Rat Ihres Arztes einholen.

A group of six women in white coats are posing on a wooden playground structure. One woman is sitting on a swing, another is on a slide, and others are standing or sitting on the wooden frame. A banner above them reads "Wir bleiben für Sie aktiv!".

**Wir bleiben für Sie aktiv!**

**Johannis-Apotheke**  
Monique Albrecht  
Obere Kaiserstr. 113 · 66386 St. Ingbert · Tel. 06894/5 35 00

**Gymnastik „Fit und flott“,  
mittwochs 20 Uhr**



Wenn Sie Abwechslung in Ihrem Trainingsprogramm möchten, sind Sie bei Gisela Peters genau richtig.

Ganzkörpertraining zur Mobilisierung der Gelenke, Kräftigung der Muskelgruppen, Anregung des Stoffwechsels, Beckenbodenübungen, Gleichgewichtsschulung, Entspannungsübungen, Spiele und Tänze zeigen eine reiche Auswahl.

Trainiert wird mit festen Turnschuhen.

Als Hilfsmittel kommen Hanteln, Reifen, Stäbe, Therabänder, Balance-Pad und Pezzibälle im Stehen und Liegen auf der Isomatte zum Einsatz.



**„Gedächtnistraining“,  
montags 9 Uhr**



In fröhlicher Runde und lockerer Atmosphäre können ohne Stress und Leistungsdruck wichtige Gehirnfunktionen wie Wortfindung, Formulierung, Konzentration, Merkfähigkeit und Reproduktion trainiert werden.

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass unabhängig vom Alter und der Lebenssituation ein regelmäßiges Gedächtnistraining zur geistigen Fitness führt. Geistige Fitness bis ins hohe Alter ist ein Wunsch, der bei vielen Menschen mit an erster Stelle steht.

Wie aber auch bei der körperlichen Fitness, bleibt die geistige nur erhalten, wenn man auch etwas dafür tut. Hirntraining verbessert nicht nur die Durchblutungs- und Stoffwechselsituation des Gehirns, sondern der gesamte Organismus wird aktiviert und vitalisiert.

In das Kursgeschehen werden Bewegungselemente eingebaut.

Die Grob- und Feinmotorik wird z.B. durch Fingerübungen trainiert.

Der oft zu beobachtenden „Sprachlosigkeit“ wird vorgebeugt durch Gespräche und Diskussionen.

Entspannungsübungen erhöhen die Konzentration und Aufnahmefähigkeit.

Das Lernprogramm ist für Personen ab 40 Jahren zugeschnitten, wobei nach oben keine Grenzen gesetzt sind.

„Gedächtnistraining“,  
montags 10.30 Uhr



# Salon Martina



Obere Kaiserstr.155  
66386 St.Ingbert - Rohrbach  
Tel. 06894 / 580257

Öffnungszeiten:

Di.: von 7.00 - 11.00 Uhr

13.45-17.00 Uhr

Mi.: von 7.00 - 11.00 Uhr

13.45-18.00 Uhr

Do.: von 7.00 - 11.00 Uhr

13.45-17.00 Uhr

Fr.: von 7.00 - 11.00 Uhr

13.45-18.00 Uhr

Sa.: von 6.00 - 11.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung

„Drums alive“,  
montags 18.30 Uhr



Wer sich gerne beim Trommeln auspowern möchte, ist bei uns herzlich willkommen.  
Drums alive ist ein Ganzkörpertraining, das die Kondition und Koordination genauso fördert, wie die Muskelkraft von Armen, Beinen, Bauch und Po.  
Mit Drumsticks wird auf Gymnastikbälle getrommelt und sich dabei intensiv bewegt.  
Auch Konzentration und sensormotorische Fähigkeiten werden so gesteigert.  
„Menschen, die mit Trommeln arbeiten, werden merklich ruhiger und ausgeglichener“.

Ihr Partner bei Veranstaltungen mit Faßbier und Fest-Mobiliar!

EST. 1968  
FAMILIENBETRIEB  
**SCHLICKER**  
Getränke

Wir liefern Getränke nach Vereinbarung  
zuverlässig und bequem zu Ihnen ins Haus.  
Bereits seit 1968 in St. Ingbert.

URPILS

Röntgenstr. 2a - 66386 St. Ingbert - Telefon 06894/34944

**Qi Gong,**  
donnerstags 17 Uhr



"Qigong" steht für ein umfangreiches System von Übungen, die das Ziel haben, Körper, Geist und Atmung in Einklang zu bringen und zu harmonisieren. Energieblockaden werden gelöst, der Fluss des Qi im menschlichen Körper wird gefördert und reguliert.

Dadurch werden die Organe genährt; Muskeln entspannen sich; Gelenke werden geschmeidig und elastisch.

Durch die Konzentration auf die Übungen beruhigt sich der Geist und die Gedanken werden positiv. Durch regelmäßiges Üben wird das Immunsystem gestärkt, Krankheiten wird vorgebeugt bzw. gesundheitliche Beschwerden bessern sich.



**ORTHOPÄDIETECHNIK  
NICOLINI GmbH**

Schlackenbergstraße 43b  
**66386 St. Ingbert**  
Tel.: 0 68 94 - 5 90 97 74  
[www.orthopaedietechnik-nicolini.de](http://www.orthopaedietechnik-nicolini.de)

**Yoga,**  
mittwochs 17.30 Uhr



Yoga ist eine sanfte Methode, die Gelenke und den Rücken beweglich zu halten. Rückenschonende fließende und auch statische Haltungen, verbunden mit einer bewussten Atmung, bringen Wohlbefinden für den gesamten Organismus.

Die variantenreichen Übungen sind für jedes Alter sowie auch bei körperlichen Einschränkungen geeignet.

Die verschiedenen Haltungen, die man beim Yoga Asanas nennt, werden nur so weit ausgeführt, wie es der Körper als angenehm empfindet. Durch stetiges Üben und Wiederholen erreicht man eine Flexibilität der Wirbelsäule, eine Lockerung der Muskulatur und eine Vertiefung des Atems.

Yoga üben heißt: Den eigenen Körper erfahren und sich selbst entdecken.



**Yoga,**  
donnerstags 8.30 Uhr

**Yoga,**  
donnerstags 10 Uhr



**Spielenachmittag,** mittwochs 15 Uhr



Der Kneipp-Verein Rohrbach lädt jeweils mittwochs ab 15 Uhr zu einem Kaffee- und Plauderstündchen in den "Kneipp-Treff" in der Oberen Kaiserstraße 50 ein. Bei selbstgebackenem Kuchen haben Junge und Ältere, Mitglieder sowie Nichtmitglieder auch die Möglichkeit, bei spannenden alten und neuen Karten- und Brettspielen andere Menschen zu treffen und sie kennenzulernen. Zum „Renner“ hat sich dabei das Spiel „Rummikub“ entwickelt.

**Fitnessgymnastik am Morgen,  
mittwochs 10 Uhr**



Nicht nur Ihr Herz-Kreislauf-System wird auf Vordermann gebracht, sondern auch Ihre Muskeln werden gedehnt und gekräftigt und so die Beweglichkeit und Ausdauer gestärkt.

Ein abwechslungsreiches und vielseitiges Gymnastikprogramm mit musikalischer Unterstützung macht diesen Kursus zu einem kurzweiligen Vergnügen.

„Warte nicht auf den Erfolg, verursache ihn!“  
(Arthur Lassen)

## Luitpold's Lust

**Jeden Mittwoch STAMMESSEN**  
Täglich kleine Snackkarte und Flammkuchen

**Donnerstags**  
**jeder Flammkuchen 5,00 €**



Tel.: IGB-57293  
Mobil: +4915736952510  
Dienstag bis Freitag ab 15 Uhr  
Wochenende ab 11 Uhr geöffnet  
Montag Ruhetag  
Obere Kaiserstraße 50  
66386 St.Ingbert  
Nebenzimmer + Gastraum  
mit Platz für bis zu 100 Gäste

**Tänze in geselliger Runde,**  
donnerstags 19 Uhr



Tanzen schafft die Möglichkeit, zur Mitte zu finden, Kraft zu schöpfen und in Einklang mit sich selbst und der ganzen Gruppe zu kommen.

In freundlicher Atmosphäre kann man das Tanzen genießen und Körper und Geist fit halten.

Bewegung und Begegnung im Frauenkreis bedeuten Freude und Entspannung.

Wer sich schon immer wünschte, einfach mal loszulassen, hat hier die beste Gelegenheit dazu.

Erlern werden einfache Kreis- und Reihentänze, die eine leichte und fröhliche Stimmung vermitteln.

"Um gesund zu bleiben, muss sich der Mensch bewegen, schwitzen und soll das Wasser in seiner mildesten Form gebrauchen."

(Sebastian. Kneipp)



PHYSIOTHERAPIE NOTHOF  
- IN GUTEN HÄNDEN -

**Gerhard Nothof**  
Physiotherapeut

Bahnhofstraße 1 • 66386 St. Ingbert / Rohrbach  
Telefon: 06894 - 57377 • Fax: 06894 - 581699

**Angelika Schael**  
**Steuerberaterin**  
**Tel: 06894 / 3365**  
**Mobil: 0160/8440358**



**Am Alten Forsthaus 25**  
**66386 St. Ingbert / Saar**  
**Telefax: 06894 / 3295**  
**[info@steuerberatung-schael.de](mailto:info@steuerberatung-schael.de)**

**Wir freuen uns auch und besonders über kleine Mandate**



**Ihr pietätvoller Partner  
im Trauerfall für:**

Erd-, Feuer-, See-  
und Naturbestattungen  
mit individueller Gestaltung  
der Trauerfeierlichkeiten  
und Erledigung aller Formalitäten.

Bestattungsvorsorge sowie Beratung  
zu Vorsorgedokumenten  
(Vorsorgevollmacht,  
Betreuungs- und Patientenverfügung).

**Sprechen Sie uns an:**

Sie erreichen uns Tag und Nacht unter:

**Tel.: 0 68 94 / 55 56**

**Wir sind für Sie da**

**Karin Lefebre-Wagner**  
Geschäftsführerin  
Ihre Begleiterin im Trauerfall



**Petra Baltes**  
Bürofachkraft  
Ihre Ansprechpartnerin für  
Formalitäten und Traueranzeigen



**Alexander W. Karla**  
Fachgeprüfter Bestatter  
Ihr Betreuer in Sachen Bestattung



## „Radfahren mit Spaß“, montags 18 Uhr



Das Fahrradfahren ist neben dem Laufen die umweltfreundlichste und auch gesündeste Art der Fortbewegung. Es macht keinen Lärm, keinen Gestank und kostet kein Benzin.

Der regelmäßige Tritt in die Pedale fördert nicht nur die körperliche Ausdauer und Kondition, sondern hat eine Reihe weiterer positiver Effekte auf unseren Körper, wie z.B. Kräftigung des Herz-Kreislaufsystems, Aktivieren des Fettstoffwechsels, Steigerung des Wohlbefindens, Training der Muskulatur, positive Effekte auf die Atemwege und zu guter Letzt: Gemeinsam fahren macht Spaß.

Wir fahren von Frühjahr bis Herbst jeden Montag.

Gemeinsam radeln wir durchschnittlich 25 km in ca. 2 Stunden, vorwiegend auf Feld- und Waldwegen.

**Rohrbacher**  
feine fleisch- und  
Wurstspezialitäten  
**Metzgerei**  
**Meinert**  
6670 St. Ingbert / Rohrbach  
Kirchhofstr. 7 Tel. 06894/51255

*Liebe Kunden!*

*Wir sind noch mit Lust und Liebe bei der Sache und wollen unseren Kunden immer etwas Neues bieten.*

*Für Ihre Parties und Festlichkeiten empfehlen wir Ihnen:*

*Individuell, nach Ihren Wünschen erstellte Buffets, deftige Grillbraten in verschiedenen Variationen, diverse Partyschinken Spanferkel sowie köstliche Käse- und Fischplatten.*

*Geschenkidee: Wurststräuße und Geschenkkörbe in verschiedenen Preislagen*

*Bitte rufen Sie uns an.*

*Ihre*

**Metzgerei Meinert**

## **10 Regeln für eine gesunde Lebensweise im Sinne von Sebastian KNEIPP**

1. Gesundheit können wir nicht kaufen, wir müssen sie uns täglich neu erwerben. Nimm jeden Tag als Neubeginn. Öffne Dich dem Neuen und sei bereit zu lernen. Aktivität und Anpassungsfähigkeit sind wichtige Faktoren für die Gesundheit von Körper, Geist und Seele.
2. Beweise im Umgang mit allen Mitmenschen Toleranz und Hilfsbereitschaft. Jeder Einsatz für das Allgemeinwohl stärkt die soziale Gesundheit der Gemeinschaft und schenkt Vertrauen in die eigene Kraft.
3. Zeige jeden Tag Verantwortung in ökologischem Verhalten. Bei kritischem Einkauf von Lebensmitteln, Haushaltswaren; bei sparsamen Wasser- oder Energieverbrauch z. B. haben wir es selbst in der Hand, an einer gesunden Umwelt mitzuwirken.
4. Übe Bescheidenheit und Zufriedenheit. Freue Dich über die kleinen Dinge, versuche deren Schönheit zu erkennen und betrachte die Natur mit allen Kreaturen als Geschenk.
5. Suche einen Ausgleich zu Stress und Anspannung. Musik, gute Literatur oder auch ein Entspannungs- oder Atemtraining bringen Erholung und neue Kraft.
6. Bewegung ist Leben. Suche Bewegung wann immer es möglich ist; Treppensteigen, Radfahren, Gymnastik, Tanzen usw. Treibe Sport, jedoch ohne Leistungsanspruch. So bringt Bewegung Fröhlichkeit und stärkt den gesamten Organismus.
7. Stärke Dich täglich mit einfachen Kneipp-Anwendungen. Wechselduschen, Arm- oder Fußbäder vertreiben Unpässlichkeit und trainieren das Immunsystem.
8. Ernähre Dich nach den Prinzipien der Vollwerternährung: So natürlich wie möglich, mit viel Frischkost, Getreide und nativen Pflanzenölen. Frische, unbehandelte, einheimische Lebensmittel lassen sich als Rohkost oder schonend gegart appetitlich anrichten und versorgen den Körper mit allen wichtigen Nährstoffen.
9. Genussgifte, wie Nikotin, Alkohol oder auch Zucker, sind für ein genussvolles Leben nicht notwendig. Gehe verantwortlich damit um, denn jedes Übermaß fordert sein Tribut an Lebensqualität.
10. Lerne, mit Deiner Energie zu haushalten und sie kreativ einzusetzen, sowohl im täglichen Leben, als auch in der Freizeit.

## Fahrt in ein Thermalbad, jeden 1. Dienstag im Monat



Abwechselnd besuchen wir

### **Bad Schönborn**

mit 180 Wasserattraktionsplätzen und einem einzigartigen Sole-Schwebebecken mit 15 Prozent Salzgehalt im "Therarium Wellness & Gesundheitspark". Die Heilwasservorkommen Bad Schönborns zählen zu den mineralstoffhaltigsten in ganz Deutschland.

### **Bad Bergzabern**

inmitten der romantischen Urlaubsregion des Bad Bergzaberner Landes. Die 700 qm große Thermenlandschaft, das 680 qm große VITALIS und die 1200 qm große Saunalandschaft der "Südpfalz Therme" sind ein Erholungsort für Körper, Geist und Seele. Das Wasser sprudelt dort aus 450 m Tiefe warm und klar aus der Erde

### **Bad Kreuznach**

bietet in den "crucenia thermen" in ruhiger Atmosphäre Erholung vom Alltag. Bei ca. 33 Grad C warmem, gesundem Solewasser in zwei Innen- und einem Außenbecken, bei denen die Salzkonzentration etwa 1,5 % beträgt oder im großen Süßwasserbecken bei ca. 30 Grad Wassertemperatur kann man seine Runden drehen, im Freiluftinhalatorium des Kurparks, direkt am Thermalbad, frei atmen in erfrischender Luft. Ein Solezerstäuber bläst dichten Salznebel in die Umgebung.

## Fahrt nach Kirrwiller



Jedes Jahr organisiert unser Verein etliche Fahrten. Neben einem Gerüst von festen Zielen, wie z.B. Kururlaub in Bad Wörishofen, regelmäßige Fahrten zu einem Thermalbad, Besuch eines interessanten Weihnachtsmarktes finden weitere Reisen - vom Halbtagesausflug bis zu einem mehrtägigen Aufenthalt - immer wieder reges Interesse.



Inhaberin:  
Konditormeisterin  
Marie-Christine Knapp

Kaiserstraße 9  
66386 St. Ingbert  
Tel. 89 25 466

[ckraus2.0@t-online.de](mailto:ckraus2.0@t-online.de)

# Veranstaltungen 2018

**25.03.**  
**Sonntag**

**Jahreshauptversammlung**  
im Restaurant „Zur Sonne“  
Beginn: 15.00 Uhr



**19.04.**  
**Donnerstag**

**Fahrt nach Kirrwiller, Royal Palace**  
Abfahrt: 10.00 Uhr, Rohrbachhalle  
Programm vor Ort:  
Menü im Feinschmeckerrestaurant Le Majestic  
Royal Palace Show, danach Tanz und Unterhaltung im Lounge Club

**06.05.**  
**Sonntag**

**Wildkräuterexkursion**  
Treffpunkt: 14.00 Uhr,  
Parkplatz „Zur Rohrbacher Glashütte“  
Leitung: Dr. h.c. Peter Rink, Pflanzenexperte



**17.06.**  
**Sonntag**

**Jubiläum 90 Jahre Kneippverein Rohrbach,  
Kneipp Gedenk- und Gesundheitstag**  
unter der Schirmherrschaft von Herrn Ralph Marx, Vorstandsmitglied der  
Kreissparkasse Saarpfalz  
10.00 Uhr: Festmesse in St. Johannes  
anschließend Festakt in der Rohrbachhalle, Frühstück mit dem  
Männerchor 1860 Rohrbach, Mittagessen, Kaffee und Kuchen, Aktionen

**23.06.**  
**Samstag**

**Teilnahme am Brunnenfest im Eck**

**14.07. bis  
24.07.**

**Kururlaub Bad Wörishofen**

Zum Kennenlernen und Intensivieren der  
kneippschen Anwendungen, Tänzelfest in Kaufbeuren  
Spaziergänge, Thermenbesuche und v.a. mehr



**26.08.**  
**Sonntag**

**Teilnahme am Biosphärenfest in St. Ingbert**

**01.09.**  
**Samstag**

**Pilzexkursion**

Treffpunkt: 14.00 Uhr, Parkplatz "Zur Rohrbacher Glashütte"  
Leitung: Dr. h.c. Peter Rink, Pilzexperte



**08. und 09.09.**  
**Sa und So**

**Teilnahme am Solilauf in St. Ingbert**



**22.09.**  
**Samstag**

**Teilnahme beim „Kerwesingen“**

**08.12.**  
**Samstag**

**Fahrt zum Christkindlesmarkt in Karlsruhe**

Abfahrt: 10.00 Uhr, Rohrbachhalle



# Veranstaltungen im Kneipp-Treff

**Jeden  
Mittwoch**

**Kaffee, Plaudern, Spielen, Stricken, Singen, Bingo**  
mit selbstgebackenem Kuchen  
jeden Mittwoch, ab 15.00 Uhr



**07.01.  
Sonntag**

**Neujahrskaffee mit Jahresrückblick**  
Beginn: 15.00 Uhr



**14.02.  
Mittwoch**

**Heringssessen**  
ab 12.00 Uhr - bitte anmelden!

**21.02.  
Mittwoch**

**Einführung und Vortrag** „Basenfasten - gesund werden,  
gesund bleiben“

Beginn: 18.30 Uhr

**Fasten mit Uschi Kohns**  
**Ernährungsberaterin**

**23.02.  
Freitag**

**Beginn der Fastentage**  
Beginn: 18.30 Uhr

**28.02.  
Mittwoch**

**Vortrag:** "Entscheidung gesund – unser Immunsystem Darm"  
Beginn: 18.30 Uhr

**02.03.  
Freitag**

**Vortrag:** "Glück und Erfolg - werde zum Regisseur deines Glücks"  
Beginn: 18.30 Uhr

**09.03.  
Freitag**

**Abschluss der Fastentage**  
Beginn: 18.30 Uhr

**11.03.  
Sonntag**

**„Sellemols“ - Erzählcafé**  
Ereignisse und Erlebnisse im Kneipp-Verein  
Beginn: 15.00 Uhr



**13. und 20.03.  
Dienstag**

**Basteln von Blütenkugeln**  
mit Gisela Seib  
Beginn: 15.00 Uhr



**16. und 17.03.  
Fr 15 bis 19 Uhr  
Sa 09 bis 16 Uhr**

**Back-Wochenende**  
**“Basis Seminar für Hobbybäcker“**  
mit Ute Olk, Vollkornbäckerin und Gesundheitsberaterin GGB  
Schwerpunkt: Roggen- und Dinkelsauerteig  
(Sa einschließlich Mittagessen)

**17.04.  
Dienstag**

**Vortrag:** „Frühlingskräuter und ihre Verwendung“  
mit Dr. h.c. Peter Rink, Pflanzenexperte  
Beginn: 18.30 Uhr



**16.05.  
Mittwoch**

**Lesung** mit der Mundartdichterin Relinde Niederländer  
„Meer hann's nett immer leicht mett uns!“  
Beginn: 15.00 Uhr

**10.06.  
Sonntag**

**„Sellemols“ - Erzählcafé**  
Ereignisse und Erlebnisse im Kneipp-Verein  
Beginn: 15.00 Uhr



<b>28.08.</b> <b>Dienstag</b>	<b>Vortrag:</b> „Pilze, Früchte des Herbstes“ mit Dr. h.c. Peter Rink, Pilzexperte Beginn: 18.30 Uhr	
<b>11.09.</b> <b>Dienstag</b>	<b>Vortrag :</b> „Apfelessig – Gesundbrunnen“ mit Doris Kratkey Beginn: 18.30 Uhr	
<b>16.09.</b> <b>Sonntag</b>	<b>„Sellemols“ - Erzählcafé</b> Ereignisse und Erlebnisse im Kneipp-Verein Beginn: 15.00 Uhr	
<b>19.10.</b> <b>Freitag</b>	<b>Vortrag : „Der Darm und sein Einfluss auf unsere Gesundheit“</b> mit Heilpraktiker H. Dennerlein Beginn: 18.30 Uhr	
<b>26. und 27.10.</b> <b>Fr 15 bis 19 Uhr</b> <b>Sa 09 bis 16 Uhr</b>	<b>,,Backseminar für Fortgeschrittene“</b> mit Ute Olk, Vollkornbäckerin und Gesundheitsberaterin GGB Vollkornbrot - pikante Varianten, Feinbackwaren u.v.a. mehr (Sa einschließlich Mittagessen)	
<b>06.11.</b> <b>Dienstag</b>	<b>Einführung und Vortrag „Die Bedeutung des Säure-Basen-Haushaltes im Körper“</b> Beginn: 18.30 Uhr	
<b>09.11.</b> <b>Freitag</b>	<b>Beginn der Fastentage</b> <b>Vorweihnachtliches Fasten mit Uschi Kohns</b> Beginn: 18.30 Uhr	
<b>13.11.</b> <b>Dienstag</b>	<b>Vortrag: „Das Geheimnis der Vitalität, natürlicher Leistungssteigerung und optimaler Regeneration“</b> Beginn: 18.30 Uhr	
<b>16.11.</b> <b>Freitag</b>	<b>Vortrag: „Die Bedeutung des Darms und des Stoffwechsels für den Säure-Basen-Haushalt“</b> Beginn: 18.30 Uhr	
<b>23.11.</b> <b>Freitag</b>	<b>Abschluss</b> Beginn: 18.30 Uhr	
<b>14.11.</b> <b>Mittwoch</b>	<b>„Silbersterne der besonderen Art“</b> mit Maria Adt Beginn: 15.00 Uhr	
<b>20.11. und</b> <b>27.11.</b> <b>Dienstag</b>	<b>Weihnachtsbasteln</b> mit Gisela Seib Beginn: 15.00 Uhr	
<b>05.12.</b> <b>Mittwoch</b>	<b>Nikolauskaffee</b> Beginn: 15.00 Uhr	
<b>12.12.</b> <b>Mittwoch</b>	<b>Vorlesestunde</b> mit Renate Homberg „Lustige und besinnliche Geschichten zur Adventszeit“ Beginn: 15.00 Uhr	

# Kurse im Kneipp-Treff

Preis pro  
Kursus

**Mo**

## „Ganzheitliches Gedächtnistraining“

-für Damen und Herren-

je 10 Veranstaltungen

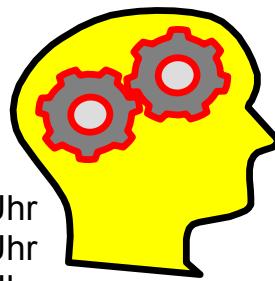
Beginn: Montag, 22. Januar, 9.00 und 10.30 Uhr

Montag, 16. April, 9.00 und 10.30 Uhr

Montag, 06. August, 9.00 und 10.30 Uhr

Montag, 15. Oktober, 9.00 und 10.30 Uhr

Leitung: Christel Michély-Fickinger, Tel. 06894/53784



22 €

**Mo**

## „Drums alive“

-für alle Altersklassen-

je 10 Veranstaltungen

Montag, 18.30 Uhr

Leitung: Sabine Keiper, Tel. 06386/999090



27 €

**Di**

## Autogenes Training für Erwachsene

6 Veranstaltungen

Beginn: Dienstag, 16. Januar 19.30 Uhr

18. September 19.30 Uhr

Leitung: Kornelia Sinner, Heilpädagogin, Tel. 06894/570384



36 €

**Di**

## Fitnessgymnastik am Morgen

je 10 Veranstaltungen

Dienstag 10.00 bis 11.00 Uhr

Leitung: Daniela Holzer, Tel. 06894/39530



22 €

**Mi**

## „Aktiv in den Tag“

je 10 Veranstaltungen

Mittwoch, 10.00 bis 11.00 Uhr,

Leitung: Elfie Schäfer, Tel. 06894/581138



14 €

**Mi**

## Gymnastik „Top in Form“

Mittwoch, 19.00 Uhr

Leitung: Gisela Wagner, Tel. 06894/51465

14 €

## Yoga

-für Damen und Herren-  
je 10 Veranstaltungen  
Donnerstag, 8.30 und 10.00 Uhr  
Leitung: Judith Koch, Tel. 06894/9214779



24 €

## Vortrag mit Übungen: „Akupressur“

**Donnerstag, 11.01. 17.00 Uhr**  
**Donnerstag, Herbst 17.00 Uhr**  
mit Ingeborg Schub, Diplom Sozialpädagogin,  
Qi Gong-Kursleiterin der Dt. Qi Gong Gesellschaft e.V.  
Tel. 0681/752249



## Qi Gong - Gesundheitsübungen zur Stärkung der Lebenskraft -

auch für Einsteiger geeignet  
je 10 Veranstaltungen  
Donnerstag, 17.00 Uhr  
Leitung: Ingeborg Schub, Diplom Sozialpädagogin,  
Qi Gong-Kursleiterin der Dt. Qi Gong Gesellschaft e.V.  
Tel. 0681/752249  
Bezuschussung durch die Krankenkasse möglich



50 €

## Tänze in geselliger Runde

je 10 Veranstaltungen  
Donnerstag, 19.00 Uhr  
Leitung: Hedwig Kessler, Tel. 06894/956236



14 €

Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern.

(Sebastian Kneipp)

# Weitere Kurse für Erwachsene

Preis pro  
Kursus

Wochenprogramm ganzjährig (außer Ferien)  
Kurse fortlaufend à 10 Stunden  
Schulturnhallen in den Ferien geschlossen

Mo

## Gymnastik „Sonniger Herbst“

Montag, 16.00 Uhr, Rohrbachhalle  
Leitung: Elfie Schäfer, Tel. 06894/581138



14 €

Mo

## Step-Aerobic

Montag, 19.00 Uhr, Pestalozzischule  
Leitung: Ursula Ritter, Tel. 06894/52515



18 €

Mo

## Wassergymnastik

-für Damen und Herren-  
Montag, 19.00 Uhr, „das blau“, St. Ingbert  
Leitung: Birgit Neises, Tel. 06894/39378



28 €

Mo

## Prellball (Oktober bis April)

Montag, 20.00 Uhr, Turnhalle der Johannesschule  
Ansprechpartner: Kurt Jung, Tel. 06894/57929  
Franz-Josef Thiel, Tel. 06894/5441



14 €

Mo

## „Radfahren mit Spaß“ (vom 26. März bis 24. September)

Montag, 18.00 Uhr,  
Treffpunkt: Rohrbachhalle  
Touren von ca. 20 – 30 km mit moderatem Tempo  
Leitung: Gisela Seib, Tel. 06894/5908146



frei  
Mitglied-  
schaft  
erforderlich

Mi

## Nordic Walking

Mittwoch, 9.15 Uhr, Treffpunkt: Parkplatz Erlenweg  
auf Anfrage



frei  
Mitglied-  
schaft  
erforderlich

Mi

## Leichtathletik (von Mai bis September)

Mittwoch, 18.00 Uhr,  
Sportplatz am Schützenhaus  
Ansprechpartner: Kurt Jung, Tel. 06894/57929  
Franz-Josef Thiel, Tel. 06894/5441



frei  
Mitglied-  
schaft  
erforderlich

Preis pro  
Kursus



## **Yoga**

-für Damen und Herren-  
Mittwoch, 17.30 Uhr, Pestalozzischule  
Leitung: Judith Koch, Tel. 06894/9214779



24 €



## **Gymnastik „Fit und Flott“**

Mittwoch, 20.00 Uhr, Pestalozzischule  
Leitung: Gisela Peters, Tel. 06894/53844



14 €



## **Wirbelsäulengymnastik**

-für Damen und Herren-  
Donnerstag, 19.00 Uhr, Pestalozzischule  
Leitung: Anne Thiel-Laval



14 €



## **Jazz-Dance „Soleil“**

-Showtanzgruppe ab 35 Jahre-  
Freitag, 20.00 Uhr, Rohrbachhalle  
Leitung: Sabine Keiper, Tel. 06386/999090



17 €



## **„Radl-fit“ (vom 06. April bis Ende Oktober)**

Freitag, 13.30 Uhr,  
Treffpunkt: Rohrbachhalle  
Sportliche Touren auf Rad- und Waldwegen  
mit dem Trekkingbike, Mountainbike, E-Bike  
und mit „HELM“  
Leitung: Günter Gerstner, Tel. 06894/383558  
Hans-Walter Treitz, Tel. 06894/52407

frei  
Mitglied-  
schaft  
erforderlich

am 1. Dienstag  
jeden Monats  
- Ausnahmen s.  
Presse -

**Fahrt in verschiedene Thermalbäder / Kurorte**  
Bad Bergzabern – Bad Kreuznach – Bad Schönenborn  
Besuch in der Salzgrotte - Stadtbummel  
Abfahrt: 12.45 Uhr, St. Ingbert, Rendezvous Platz  
13.00 Uhr, Rohrbachhalle  
Leitung: Christel Michély-Fickinger, Tel. 06894/53784  
Anmeldung erforderlich!

## Kinder und Jugend

Wochenprogramm ganzjährig (außer Ferien)

Kurse fortlaufend à 10 Stunden

Schulturnhallen in den Ferien geschlossen



### **Spielkreis „Purzelbande“**

(für Kinder ab 2 Jahre)

16 bis 17 Uhr, Kneipp-Treff - auf Anfrage



### **Hip-Hop „Magic Girls“**

(11 bis 13 Jahre)

Freitag, 16 Uhr

Konditionsraum Rohrbachhalle

Leitung: Madeleine Keiper,

Tel. 06386/999090



11 €



### **Hip-Hop „The Originals“**

(14 bis 15 Jahre)

Freitag, 17 Uhr

Konditionsraum Rohrbachhalle

Leitung: Madeleine Keiper,

Tel. 06386/999090



11 €

**Jazz-Dance = Showtanz mit Bewegungselementen aus Jazz-Dance, Hip-Hop, Street-Dance, Jump-Style und alles, was „in“ ist.**



### **Jazz-Dance „s.h.o.b.“ (stay happy on beat)**

(18 bis 22 Jahre)

Freitag, 18 Uhr, Konditionsraum Rohrbachhalle

Leitung: Sabine Keiper,

Tel. 06386/999090



11 €

## Die fünf Wirkprinzipien nach Sebastian Kneipp

### Wasser



Das Wasser dient als Vermittler von Temperaturreizen. Reaktionen im Bereich der Blutgefäße, des Stoffwechsels und der Muskulatur bewirken verbesserte Durchblutung, Entschlackung und allgemeine Entspannung.

Zu dieser Anwendungsform, gehören Güsse, Bäder, Waschungen, Wickel und Packungen. Wiederholte Anwendungen bewirken einen Trainingseffekt, der zur Abhärtung führt. Die Infekt Anfälligkeit wird vermindert und allgemeines Wohlbefinden erreicht.

### Bewegung



Körperliche Bewegung schafft Ausgleich, baut Stress ab und führt zu geistiger Entspannung. Je nach Konstitution kann man z.B. mit Schwimmen, Radfahren, Wandern oder Gymnastik Herz und Kreislauf stärken. Gleichzeitig wird durch ein aktives Bewegungsprogramm der Muskelaufbau gefördert, der Bewegungsapparat fit gehalten.

### Heilpflanzen



Die Behandlung mit pflanzlichen Zubereitungen besitzt eine große therapeutische Vielfalt, eine sanfte Wirkung, hat selten Nebenerscheinungen und eignet sich deshalb besonders auch zum längerfristigen Einsatz.

Die Therapie mit Heilkräutern kennt man schon seit dem Altertum. Der Nachweis ihrer Wirksamkeit wurde aber erst durch neuzeitliche Untersuchungsverfahren möglich. Heilpflanzen werden in Form von Teezubereitungen, Säften, Dragees, aber auch als Badezusätze, ätherische Öle und Salben verwendet.

### Ernährung



Die Ernährung ist korrekt, wenn sie den Kalorienbedarf deckt und alle notwendigen Nährstoffe in der ausreichenden Menge und dem richtigen Verhältnis enthält. Sie beeinflusst den Organismus wesentlich in seiner Struktur und Funktion, am meisten aber bezüglich des Stoffwechsels.

Viele Zivilisationserkrankungen sind deshalb auch durch Fehlernährung mitbedingt. Neben den angepassten Diäten soll die Ernährung ausgewogen sein; hierzu eignet sich am besten eine hochwertige, möglichst naturbelassene Vollwert- und Basiskost.

### Lebensordnung



Die Strukturierung der äußeren und inneren Lebensordnung ist das Kernstück der Kneippschen Ganzheitstherapie.

Das Vermeiden von Risikofaktoren, Genussgiften und Reizüberflutung ist ebenso bedeutsam wie das Wiedererlangen des seelischen Gleichgewichts. Dazu eignen sich die bekannten Entspannungs- und mentale Stärkungstechniken wie autogenes Training, Yoga, Qi-Gong, Atemtherapie usw.

Aktive Lebensgestaltung führt nicht nur zu körperlichem Wohlbefinden, sondern auch zu mehr Lebensfreude und Aufnahmefähigkeit für die wesentlichen Dinge im Leben.



**GASSERT – REISEN GmbH**  
Omnibusbetrieb und Reiseunternehmen  
Ihr Reisepartner im Saarpfalz Kreis  
Tel: 06842 / 3333 ° Fax: 06842 / 1413  
E-Mail: [info@gassert-reisen.de](mailto:info@gassert-reisen.de)

### **Schnupperaktion im Jubiläumsjahr**

Als kleines Bonbon im Jubiläumsjahr laden wir alle Interessierten ein, die einzelnen Gruppen kennen zu lernen.

Besonders empfehlenswert ist es, selbst zu beobachten und selbst zu erleben, wie die Arbeit in den Gruppen Körper und Geist anregen kann.

Große und kleine Besucher/-innen sind bei allen Übungsgruppen aus dem ganzjährigen Wochenprogramm zum Mitmachen oder auch nur zum Schauen zu einer „Schnupperstunde“ herzlich willkommen. Es fallen dafür keine Kosten an.

Weitere Informationen erhalten Sie auch bei den ÜbungsleiterInnen und bei der 1. Vorsitzenden, Christel Michély-Fickinger.

Die entsprechenden Telefonnummern finden Sie im Gesundheits-Programm auf den vorherigen Seiten.

Probieren Sie doch einfach unsere Angebote aus!

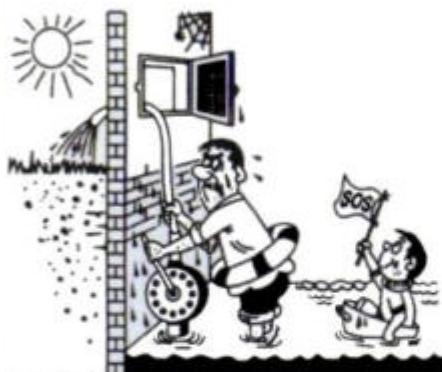
**Liebe Mitglieder, Freunde des Kneipp-Vereins und Leser dieser Festschrift,  
bitte berücksichtigen Sie bei Ihren Einkäufen und Aufträgen unsere Inserenten!**

Herausgeber: Kneipp-Verein Rohrbach e.V.

Bilder, Texte und Redaktion: Verein, hauptverantwortlich Otmar Kunzelmann

Druck: Druckerei Demetz und St. Ingberter Anzeiger Zeitungsverlag GmbH

**Feuchte  
Wände?  
Nasse  
Keller?**



**ISOTAN**

Bruchwiesenstraße 40  
66280 Sulzbach  
Telefon 0 68 97 / 56 83 93  
Telefax 0 68 97 / 56 83 94  
e-mail Isotan@t-online.de  
[www.Isotan.de](http://www.Isotan.de)

# **ISOTAN**

**Maler, Stuck und Verputz GmbH**

## **Wir haben die Problemlösung!**

**Abdichtung von Mauerwerk  
auch nachträglich von innen.**

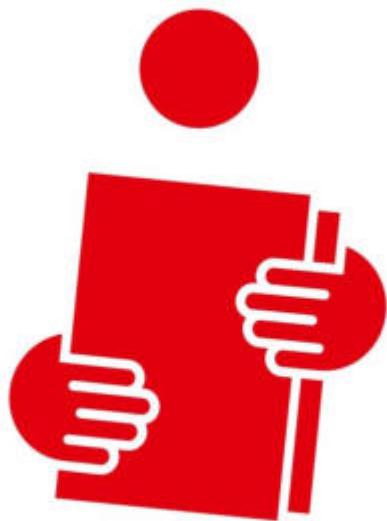
Eines der größten Probleme an Häusern (Alt- und Neubauten) sowie sonstigen Bauwerken ist **Wasser bzw. Feuchtigkeit**. Feuchte Keller, Wassereinbrüche, Wandrisse sind Probleme, die Hausbesitzer, aber auch Architekten seit Jahren beschäftigen. Mit der Entwicklung und Verarbeitung von Isolier-, Abdichtungs- und Beschichtungsmaterialien ist es gelungen, diese Probleme **100% und dauerhaft zu beseitigen**. Wir sind ein Spezialunternehmen, das durch jahrelange Erfahrung diese Schwierigkeiten erfolgreich behebt.

## **Bei Wasser- und Feuchtigkeitsproblemen sind wir Ihr Partner!**

- Fassaden- und Bauwerkssanierung
- Mauer- und Kellertrockenlegung
- Sanierung von Feuchtigkeitsschäden
- Nachträgliche Innen- und Außenabdichtung von Kellerwänden
- Injektionen zum Abdichten von Mauerwerksrissen
- Bodenbeschichtungen
- Malerarbeiten
- Stuck- und Verputzarbeiten
- Holzimprägnierung im Hochdruckverfahren
- Schimmelbeseitigung

Mitglied im Deutschen Holz- und Bautenschutzverband

# Kredite im Griff ist einfach.



[ksk-saarpfalz.de](http://ksk-saarpfalz.de)

**Wenn Ihre Sparkasse  
alle Kredite zu einer  
monatlichen Rate bündelt.**

**Warten Sie nicht und  
sprechen Sie uns jetzt an.**

 Kreissparkasse  
Saarpfalz