

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit hat das Ziel, die Bekanntheit Ihres Vereins zu steigern, sein Image aufzubauen und zu stärken, Mitglieder zu halten und zu werben. Eine gute Öffentlichkeitsarbeit ist nur erfolgreich, wenn sie langfristig und kontinuierlich angelegt ist. Dabei sollte man sich heutzutage nicht ausschließlich auf Berichterstattung im Printbereich fokussieren – auch die sog. „Neuen Medien“ spielen eine wichtige Rolle: Internetauftritte für PC, Tablets und Smartphones; Facebook, Twitter und Whatsapp.

Erfolgsgeschichte des Kneipp-Vereins Münden

Kommt man bei irgendeinem Anlass auf Sebastian Kneipp zu sprechen, so teilen sich die Gesprächspartner fast immer in zwei Gruppen: die einen haben von Kneipp noch nie etwas gehört, die anderthalb Jahrhunderte zwischen seiner Lebens- und Wirkungszeit und dem heutigen Tag sind für sie bereits zu fern; die anderen können ihn durchaus thematisch einordnen, sie kennen seine Wasseranwendungen und mitunter auch das eine oder andere mehr. Spricht man aber über Gesundheit, so fühlt sich jeder sofort persönlich berührt. Jeder von uns kann sofort etwas dazu beitragen – und jeder möchte gern auch etwas „Gutes“ für seine eigene Gesundheit tun. Das ist doch irgendwie erstaunlich!

In den uns von Sebastian Kneipp erhaltenen Schriften spricht er die Sprache seiner Zeit. Das Ganze klingt für uns heute recht altertümlich, bisweilen sogar schwer verständlich. Doch sind die von ihm verfolgten Ziele, die Gesundheit seiner Mitmenschen mit einfachen Mitteln zu fördern, heute mindestens ebenso aktuell wie zu Lebzeiten Kneipps.

„Darum möge jeder Mensch von der Wiege bis zum Sarge das Wasser in Ehren halten, dem Schöpfer für diese Gabe dankbar sein und sie vernünftig gebrauchen.“
(Sebastian Kneipp, So sollt ihr Leben, I. 9. 1889)

Jeder möchte gesund sein. Das Thema Gesundheit ist gleichermaßen von Bedeutung für Menschen mit einem so genannten Migrationshintergrund, die heute bei uns und mit uns leben. Das sind oftmals Menschen, die sich auf Grund ihres Glaubens nicht unbedingt mit einem „Pfarrer“ Kneipp identifizieren, sehr wohl aber mit den von dem „Wohltäter“ Kneipp vertretenen Zielen. Diese Menschen sind ein sehr interessantes Reservoir, das es für die Kneipp-Organisation noch zu erschließen gilt. In den uns meist fremden Kulturen gibt es ein erhebliches Wissen, das uns im Sinne der fünf Kneippschen Elemente (Wasseranwendungen, Ernährung, Heilkräuter, Bewegung und innere Ordnung) eine große Bereicherung sein kann. Auch wir können von ihnen noch einiges lernen.

Die Gesellschaft hat sich seit den Zeiten Sebastian Kneipps gewandelt. In unserer heutigen Lebenssituation, die geprägt ist durch zunehmende Bewegungsarmut, Stress in Schule und

Beruf, hohe Anforderungen an die Flexibilität im alltäglichen Leben, ungesunde Ernährung usw., sind Kneipps praktische Lebenshilfen wertvoller denn je. Sie wollen auch nicht unbedingt in alten Büchern gelesen, sie wollen viel mehr gelebt sein.

„Ich selbst wurde schon in meiner Kindheit darauf aufmerksam, wie dieses und jenes Kräutlein von den älteren Leuten aufgesucht und bei mancherlei Leibesgebrechen angewendet wurde.“
(Sebastian Kneipp, So sollt ihr Leben, Einleitung und Vorwort 1889)

Im Frühjahr des Jahres 1975 gründete eine Handvoll gesundheitsbewusster Einwohner unserer Stadt den Kneipp-Verein Münden. Der kleine Verein zählte keine zehn Mitglieder. Es entstanden die ersten Gruppen: Yoga, Gymnastik, Seniorentanz und Wandern. Über diese Angebote hinaus veranstaltete man auch gemeinsame Ausflugsfahrten. Durch seine Aktivitäten wuchs die Mitgliederzahl schnell an.

Inzwischen bietet der Kneipp-Verein Münden 15 Kurse an, dazu werden in unregelmäßigen Abständen Vorträge und Infoveranstaltungen zu verschiedenen Themen organisiert. Viele Aktivitäten und Fahrten werden gemeinsam mit den befreundeten Kneipp-Vereinen aus Witzenhausen und Eschwege geplant und durchgeführt. Das belebt das Miteinander und bringt auch immer wieder neue Impulse für alle Beteiligten.

„Weist nicht die Natur selbst den Menschen mit tausend Fingerzeigen darauf hin, dass an ihm das Wasser als Heilmittel angewendet werden soll!“
(Sebastian Kneipp, So sollt ihr Leben, Einleitung und Vorwort 1889)

Im Klinikpark am Vogelsang, hoch über der Stadt, betreibt der Kneipp-Verein Münden seit 1999 eine eigene Kneippanlage mit Wassertretbecken und Armtauchbad, die laufend mit frischem Bergquellwasser gespeist wird. Die Saisoneroöffnung ist immer wieder ein Event für Groß und Klein. Fleißige Kneippiener sorgen Jahr für Jahr dafür, dass die Anlage sauber und in Schuss bleibt. Unsere Kneippanlage steht allen Interessierten kostenfrei zur Verfügung, die Nutzung erfolgt auf eigene Gefahr.

„Alles, was jung ist, ist munter und lebhaft, so die Vögel in der Luft, wie die Thiere des Feldes. Auch den Kindern ist die Munterkeit angeboren; sie hüpfen und springen gern.“
(Sebastian Kneipp, So sollt ihr Leben, I. 9. 1889)

Zum Jahresbeginn 2013 schloss sich der MitmachZirkus (MiZi), eine multikulturelle Sportgruppe für Kinder und Jugendliche, dem Kneipp-Verein Münden an. Nach und nach traten immer mehr Akteure des MiZi mit deren Eltern dem Verein bei. Die Trainerinnen des MiZi besitzen selbst einen Migrationshintergrund (Libanon, Türkei). Über den gemeinsamen Sport wollen wir Begegnungen schaffen, um dadurch das Zusammenleben der Menschen unterschiedlicher Herkunft und Kultur in unserer Stadt nachhaltig zu verbessern. Bis 2015 wurde die Gruppe über das Programm „Integration durch Sport“ des Landessportbundes Niedersachsen gefördert, nun ist die zeitlich befristete Förderung ausgelaufen. Wir machen trotzdem weiter, und das mit anhaltend gutem Zuspruch.

Der MiZi bietet ein vielfältiges Programm in diversen Zirkuskünsten, wie zum Beispiel Akrobatik, Balancieren, Jonglieren, Pantomime und Clownerien. Das Repertoire deckt inzwischen ein breites Spektrum von kinderleicht bis sehr anspruchsvoll ab. Jedes Jahr zeigen die Akteure des MiZi bei verschiedenen Anlässen vor Ort und teilweise auch außerhalb ihr Können. Das spezielle

Bewegungsangebot für Kinder und Jugendliche ist attraktiver Gesundheitssport, der herausfordert und Spaß macht. Unsere Akrobatik basiert ausschließlich auf natürlichen Bewegungsformen. Im Mittelpunkt steht die Schulung von Gleichgewicht, Rhythmus und Körpergefühl.

„Lasse sie getrost barfuß gehen! Wenn es die Kinder friert, so wissen sie schon die Wohnstube zu finden. Warte, bis sie selbst nach Schuhen und Strümpfen verlangen; du wirst aber mitunter lange warten müssen, so behaglich fühlen sie sich beim Barfußgehen.“

(Sebastian Kneipp, So sollt ihr Leben, I. 9. 1889)

Wer einmal auf einer Laufkugel balancieren möchte, wird selbst mit den teuersten Turnschuhen recht geringen Erfolg haben. Nur barfuß hat man auf den Kugeln den nötigen Halt und man bekommt außerdem deutlich schneller ein Gefühl für das Gleichgewicht. Gleiches gilt für Menschenpyramiden und anderes mehr. Deshalb „parken“ die Kinder ihre Schuhe meist schon gleich am Anfang für die gesamte Übungszeit irgendwo am Hallenrand. Den Sport barfuß auszuüben, macht den Kids ganz in Kneipps Sinne offenbar Spaß – und es macht zudem alle Akteure gleich, egal ob ihre Familie reich, arm oder irgendwas dazwischen ist. Wer das allerdings nicht möchte, muss es auch nicht tun, doch weitaus gesünder ist diese Form der Bewegung ganz bestimmt.

„Selbst von den vernunftlosen Thieren kann der Mensch lernen, dass er seine Körperkräfte üben, aber diese Übung nicht bis zur Erschöpfung fortsetzen soll.“

(Sebastian Kneipp, So sollt ihr Leben, I. 10. 1889)

Neben dem Zirkustraining werden im MiZi zwischendurch regelmäßig beliebte Sportarten wie Rope Skipping (Seilspringen) oder Slacklining (Balancieren auf einem gespannten Band) angeboten. Das bringt Abwechslung. Die Übungen werden während der kühlen Jahreszeit in der Halle und bei schönem Wetter im Freien ausgeübt. Bei unseren „Spielen aus aller Welt“, die ebenfalls ein fester Bestandteil unseres Sportprogramms sind, lernen die Kinder hierzulande meist unbekannte Geschicklichkeits- und Bewegungsspiele aus anderen Ländern kennen. In der warmen Jahreszeit ist uns der Sport draußen in der frischen Luft besonders wichtig. Wir haben das Glück, einen großen Schulsportplatz direkt neben unserer Sporthalle dafür nutzen zu dürfen.

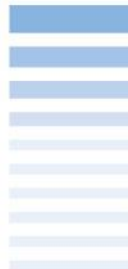
„Nichts ist für die jungen Leute notwendiger als Bewegung; nichts ist nachtheiliger als zu vieles Sitzen beim Arbeiten.“

(Sebastian Kneipp, So sollt ihr Leben, I. 10. 1889)

In der Kombination von gesundheitsorientierten Aktivitäten mit zeitgemäßen Formen der Umsetzung liegt die besondere Attraktivität des Kneipp-Vereins. Das gilt nicht nur für die Jugendarbeit, sondern auch für die vielfältigen Angebote für die ältere Generation. Yoga, Qigong, Nordic Walking, Aqua-Jogging, Radfahren und Gesundheitsgymnastik sind nur einige der wöchentlich stattfindenden Kurse. Um sich auf neue Interessenten noch besser zu bewegen zu können, hat der Kneipp-Verein Münden unlängst eine Zusatzversicherung für Nichtmitglieder abgeschlossen. Das ermöglicht es uns, bei sportlichen Aktivitäten teilnehmenden Gästen denselben Versicherungsschutz wie den Mitgliedern (über den Sportversicherungsvertrag des Landes) zu garantieren. Aus vielen dieser Gäste werden neue Mitglieder, und das spricht sich positiv herum.

„Es gibt ja doch kein größeres Glück für die Jugend als Gesundheit, und durch diese wird auch vielem Elende des späteren Alters vorgebeugt.“

(Sebastian Kneipp, So sollt ihr Leben, I. 9. 1889)



Im Rahmen unserer Integrationsarbeit sind wir außerdem über den MiZi stark vernetzt mit anderen Organisationen und Einrichtungen vor Ort. Unsere Kooperationspartner sind unter anderem der Landkreis Göttingen, die Stadt Hann. Münden, die Türkisch-Islamische Gemeinde (DITIB) zu Hann. Münden, das Kinderheim Haus Tannenkamp, die Jugendhilfe Süd-Niedersachsen sowie örtliche Schulen und Kindergärten.

Seit Herbst 2015 bietet der Kneipp-Verein Münden in Zusammenarbeit mit der Türkisch-Islamischen Gemeinde und der Jugendhilfe Süd-Niedersachsen ein offenes Sportangebot (insbesondere Fußball) für minderjährige unbegleitete Flüchtlinge an. Mittels Spenden wurden Bälle, Leibchen und sonstiges Material beschafft. Die Resonanz der Teilnehmer und das freundschaftliche Miteinander aller Beteiligten sind beachtlich. Hier schaffen wir für viele junge Flüchtlinge die Grundlage für ein gesundes Leben in der Fremde.

„Tue Gutes und sprich darüber.“
Marketingprinzip, Herkunft unbekannt

Nein, dieser Satz stammt nicht von Sebastian Kneipp. Gleichwohl hat dieses Marketingprinzip für einen modernen Verein ebenfalls eine wichtige Bedeutung. Über unsere besonderen Aktivitäten wird regelmäßig in der Tagespresse sowie in den örtlichen Nachrichtenblättern berichtet. Darüber hinaus wird auch in Abständen auf die Kurse und Angebote des Vereins in der Presse hingewiesen. Der 2. Vorsitzende selbst ist freier Mitarbeiter der lokalen Tageszeitung. Unsere Pressemeldungen stellen wir auch unseren Verbänden für die eigenen Medien zur Verfügung. Eine wichtige Informationsquelle stellt inzwischen auch das Internet dar. Der Kneipp-Verein Münden verfügt schon länger über eine eigene Website (www.kneipp-muenden.de) und seit Januar 2016 zudem über eine Facebook-Seite, die beide von einem Vereinsmitglied ehrenamtlich gepflegt werden.

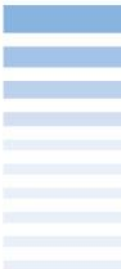
Die Website wurde zuletzt 2014 grundlegend überarbeitet und neugestaltet. Darüber hinaus brachte der MiZi noch eine eigene Facebook-Seite ein, die zuvor bereits eine große Verbreitung hatte und nach wie vor beachtlichen Zuspruch aufweist. Die Informationen hier über Themen und Termine des MiZi (teilweise mehrsprachig), aber auch über sonstige Aktivitäten des Kneipp-Vereins, werden mindestens einmalwöchentlich aktualisiert. Über die Informationen fanden bereits viele neue Mitglieder zu uns. Außerdem bereichern die dort gewonnenen Tipps und Informationen aus aller Welt die Arbeit in unserer Sportgruppe.

Zu guter Letzt soll unsere Vereinsbroschüre nicht vergessen werden, die in mehrjährigen Abständen neu aufgelegt wird. Mit vielen bunten Bildern werden unsere laufenden Kurse und Angebote dargestellt. Die letzte Ausgabe zum 40-jährigen Vereinsjubiläum im Jahr 2015 wurde erneut mit viel Geschick und Engagement von einem Vereinsmitglied layoutet. Die Broschüre wurde in einer örtlichen Druckerei erstellt und zu einem großen Teil über Werbeanzeigen finanziert. Sie liegt bei unseren Veranstaltungen und an verschiedenen Stellen in unserer Stadt zur Mitnahme aus.

„Mit Recht kann die Welt als eine Werkstätte betrachtet werden, in der es unzählige verschiedene Beschäftigungen gibt und jede Beschäftigung auch ihre Liebhaber findet.“
Sebastian Kneipp, So sollt ihr Leben, I. 10. (1889)

Der Erfolg des Kneipp-Vereins Münden setzt sich wie ein Puzzle aus vielen Teilen zusammen.





Dazu gehören ganz besonders die Ausdauer aller unserer Aktiven, das Bewährte zu bewahren und sich für vielfältige Aufgaben im Verein einzusetzen, gleichzeitig aber auch der Mut unserer Verantwortungsträger, immer wieder neue Wege zu beschreiten.

Karsten Rohlf, 2. Vorsitzender

Kontakt:

Kneipp-Verein Münden e.V.

Böttcherstraße 3

34346 Hann. Münden

Telefon 05541 / 31 84 2

info@kneipp-muenden.de

www.kneipp-muenden.de

