



Prävention im Alltag

Kneipp-Bund Landesverband Bayern im Dienst der Kneippschen Gesundheitsbewegung

Am 25. April 2015 tagten unter der Leitung der Landesvorsitzenden Ingeborg Pongratz weit über 70 bayerische Kneipp-Vereinsvorsitzende zusammen mit dem Vorstand des Bayerischen Kneipp-Bundes zum diesjährigen Gesundheitsmotto „Prävention im Alltag“. Ort des Symposiums war das historische Bildungszentrum Kloster Banz in Bad Staffelstein, Oberfranken – eine ehemalige Benediktinerabtei, die mit ihrem ehrwürdigen Gemäuer der Landeshauptversammlung ein ganz besonderes Flair verlieh.



Den Vormittag eröffnete Ingeborg Pongratz mit einer kurzen Begrüßung aller Anwesenden, der Ehrenmitglieder und besonderer Gäste. Dazu zählte u. a. die zweite Bürgermeisterin der Stadt Lichtenfels Sabine Rießner, die die hiesige Region samt kulturellem Angebot den Gästen schmackhaft machte.

Kneipp-Bund Vizepräsident Joachim Rudolph verwies in seiner Ansprache auf die besondere Stellung, die der Kneipp-Bund Landesverband Bayern in der bundesweiten Kneipp-Familie hat und lobte den bayerischen Landesverband für seine guten Kontakte zu allen angrenzenden Verbänden. So z.B. auch zu Thüringen, deren Landesvorsitzender Dr. Sigmund Scholze den langen Weg nach Bad Staffelstein nicht scheute und mit Begeisterung am Symposium teilnahm.

Die zweite Vorsitzende Evelin Hensel verlas das Grußwort von der Bayerischen Staatsministerin für Gesundheit und Pflege, Melanie Huml (MdL). Als Schirmherrin über die diesjährige Veranstaltung freute sich Huml sehr, dass sich der bayerische Kneipp-Bund die Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zum Thema gemacht hat. Huml betonte in ihrem Grußwort, dass laut Daten des Robert-Koch-Institutes die große Mehrzahl der Kinder in Deutschland gesund aufwachse; dennoch steige die Zahl der chronisch und psychisch kranken Kinder und Jugendlichen: „Gesundheitsförderung und Prävention in jungen Jahren gewinnen deswegen immer mehr an Bedeutung“, so Huml.

Im Anschluss daran begannen die Fachtagungen zum Thema „Prävention im Alltag“. Unterschiedliche Referenten sprachen über Wissenschaftliches, Wissenswertes und Wichtiges. Dr. Dr. Zimmer vom Institut für Kreislaufforschung und Sportmedizin in Köln (Abtl. molekulare und zelluläre Sportmedizin) ging in seinem hochinteressanten und zukunftsweisenden Fachvortrag darauf ein, welchen Einfluss Bewegung auf die körperliche Fitness bei Krebserkrankungen hat. International anerkannte Studien besagen, dass Menschen, die wöchentlich regelmäßig Sport treiben, das Risiko einer Krebserkrankung um ca. 25 % senken können. Bei bereits an Krebs erkrankten Patienten senkt regelmäßiger Sport Folgeerscheinungen wie Lymphödeme, Fatigue, Inkontinenz, Depression usw. Das Fazit aller Studien: Die weitverbreitete Meinung, dass Krebspatienten Bewegung oder Sport meiden sollten, ist eindeutig überholt. Sport wirkt wie ein gesundheitsförderndes Medikament – lokal und systemisch.

Autor und langjähriger Kneipp-Dozent German Schleinkofer widmete sich diesmal der Fragestellung, ob Kneippsche Anwendungen im Alltag zeitgleich nicht auch Zuwendungen seien. Er fesselte seine Zuhörer nicht nur mit seinem immensen Fundus an Kneipp-Wissen und Lebenserfahrungen, sondern auch mit einem kurzweiligen und lehrreichen Vortrag über das diesjährige Kneipp-Bund Jahresmotto „Anwendungen sind Zuwendungen“ oder wie Schleinkofer selbst meinte: Ist nicht jede „Zuwendung“ auf Augenhöhe, mit Fürsorge und Empathie bereits eine erste „Anwendung“?

Angelika Binder aus der Geschäftsstelle München präsentierte im Anschluss einen informativen Vortrag zum Thema „Ganzheitliche Gesundheitsförderung in der Kindertagesstätte“. Die fröhlichen Bilder der kneippenden Kinder waren der lebendige Beweis für Kneipps Theorie: „Ein kalter Kneippguss am Morgen, schützt vor Krankheit und Sorgen.“

Am Nachmittag begann die Landeshauptversammlung mit den Regularien und einem Statement der Landesvorsitzenden. Es folgten die Tätigkeitsberichte. Der Kassenbericht von Schatzmeister Michael Reifenberger zeigte eine solide Haushaltsführung. Reifenberger regte an, dass die Kneipp-Vereine die zur Verfügung stehenden Finanzmittel für Öffentlichkeitsarbeit durchaus abrufen sollten, was bislang nicht wirklich der Fall war. Die beiden Rechnungsprüfer Renate Daser und Dieter Krüger bescheinigten eine tadellose Kassenführung. Der Schatzmeister und die Vorstandschaft wurden durch die Delegierten einstimmig entlastet.

Bei der Nachwahl der Schriftführerin wurde Christa Schwaiger (Kneipp-Verein Memmingen) ebenfalls einstimmig gewählt. Ingeborg Pongratz bedankte sich bei Christa Schwaiger für die Übernahme des Amtes und bei Gisela Schäfer, die ihr Amt aus persönlichen Gründen zur Verfügung

stellte.

Personelle Veränderungen gab es auch in der Geschäftsstelle München. Seit Mitte März teilt sich Angelika Binder mit Jerica Cebin die Aufgaben des Bayerischen Landesverbandes. Gemeinsam unterstützen die Damen die Landesvorstandschaft sowie die derzeit 127 bayerischen Kneipp-Vereine. Des Weiteren besprach und beschloss man einstimmig einige Satzungsänderungen, die das Finanzamt München vom Bayerischen Kneipp Landesverband forderte.

Es folgte die Ehrung aller langjährigen Kneipp-Vereinsvorsitzenden durch Ingeborg Pongratz. Sie sprach ein „Herzliches Dankeschön“ an die vielen treuen „Kneippianer“ aus, die sich seit Jahren kontinuierlich und beständig für eine Verbesserung der Gesundheit nach den Wirkprinzipien Sebastian Kneipps engagierten. So freute sich Hermann Kilian (Kneipp-Verein Helmsbrecht) sichtlich über sein überreichtes Goldenes Verbandsabzeichen.

Zu diesen unermüdlichen Vermittlern gehörte dieses Jahr die Landesvorsitzende selbst. Die zweite Vorsitzende Evelin Hensel veranschaulichte den Zuhörern das 10-jährige Wirken von Pongratz durch eine Präsentation in Zahlen: Viele Kilometer bereiste Ingeborg Pongratz, wandte sich unzähligen Kneipp-Begeisterten und solchen, die es werden wollten, zu, kühlte sich selber mit Güssen ab, Kneipp-zertifizierte Kindertagesstätten und Seniorenheime, gründete einige neue Kneipp-Vereine, um mit Herzblut und Engagement eine altbewährte, effektive Lebensphilosophie unter der Menschheit zu verbreiten. Die Landesvorstandschaft bedankte sich bei Ingeborg Pongratz für ihren unermüdlichen Einsatz mit einem „Wellnesskorb“ – als Entspannung zur Arbeit.

Abgeschlossen wurde die erfolgreiche Tagung mit Ideen und Anregungen sowie einer Vorstellung der Regionaltagungen 2016. Kloster Banz war ein Ort eines erfüllten Programmes, von anregenden Gesprächen, gesunden Gedanken und guter Reflexion. Der Landesvorstand bedankt sich bei allen Gästen und hofft auf eine erneute rege Beteiligung im nächsten Jahr.

Kontakt:

Kneipp-Bund Landesverband Bayern e.V.

Hohenlindener Str. 1

81677 München

Telefon 089 / 56 85 07

Fax 089 / 56 85 88

info@kneipp-lv-bayern.de

www.kneipp-lv-bayern.de