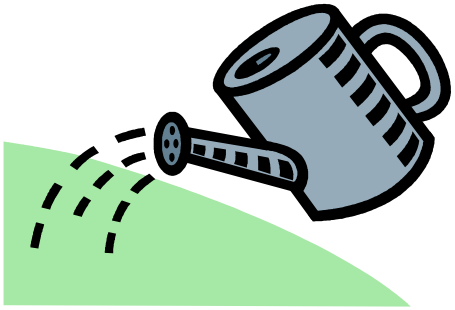
Verein Kneipp aktiv & gesund Wunstorf



„Die Gießkanne“ 1/2019

Informationen aus dem Kneipp–Verein Wunstorf e.V.
für den Zeitraum 01.12.2018 bis 31.03.2019

Foto: Helmut Prietz

Kneippianer während der Radwoche im Ammerland auf dem Hochzeitspfad.

Was erwartet Sie in dieser Ausgabe?

Veranstaltungstermine - Bewegungskurse für unterschiedliche Zielgruppen - Präventionskurse - Buchempfehlung – Lust auf Kunst – Vortragsreihe – Chiemgau - Reise 2019 - Termin Wanderwoche und vieles mehr...

Kneipp–Verein Wunstorf e. V., Vereinsräume: Barnestraße 50, 31515 Wunstorf
1. Vorsitzende: Petra Deschler, www.kneippverein-wunstorf.de

Sie wollen wieder besser hören?

Wir finden für Sie die optimale Lösung. Lernen Sie uns und unsere Leistungen kostenlos und unverbindlich kennen:

Bestpreis Garantie

- Ehrliche, individuelle und herstellerunabhängige Beratung
- Umfangreiche Hörtests mit kompetenter Bedarfsanalyse
- Ausprobe aller Leistungsklassen in gewohnter Umgebung
- Erfolgskontrolle durch „Reale Hörweltensimulation“

Wir sind erst zufrieden, wenn Sie es sind!

Hörwelt Oester
besser hören
besser leben

Online | www.hoerwelt-oester.de | info@hoerwelt-oester.de

Wunstorf	Nordstraße 12	Tel. 0 50 31 / 96 98 33
Gehrden	Dammtor 9	Tel. 0 51 08 / 8 76 70 82
Barsinghausen	Schulstraße 4	Tel. 0 51 05 / 5 91 64 65
Bad Nenndorf	Kurhausstraße 7	Tel. 0 57 23 / 98 01 44

ivd

wunstorfer wbauverein
...weil besser!

Andere verkaufen … Wir fairkaufen.

Gern unterstützen wir Sie dabei, die passende Immobilie oder den geeigneten Käufer zu finden.

Aufgrund starker Nachfrage suchen wir: Einfamilien-, Doppel- und Reihenhäuser sowie Eigentumswohnungen.

Julia Langkopf
Tel. 0 50 31 / 95 45 18
makler@wbauverein.de

Liebe Kneipp-Mitglieder, liebe Freundinnen und Freunde des Kneipp-Vereins,

das Jahr 2018 neigt sich dem Ende zu und bald beginnt ein neues. Gleich stellen sich die Fragen: Was brachte für mich dieses Jahr? Was bringt das neue Jahr für mich? Ja, 2018 hatte schon besondere Zeiten: der lange anhaltende herrliche nicht enden wollende Sommer. Habe ich mein Leben in Balance geführt, war ich achtsam zu mir und habe ich mehr Bewusstsein entwickelt für eine Lebensweise im Einklang mit mir selbst?

Unter dem Jahresprogramm 2018 „Miteinander- Füreinander“ fanden
die Vernissagen, die vielen Feste, Fahrten, Wander- und Radtouren, Kurse, Veranstaltungen im Kneipp-Treff u.v.m. statt, die von den vielen fleißigen Gruppen- und Kursleitern vorbereitet, organisiert und durchgeführt wurden.
Dafür gebührt ihnen unser besonderer Dank!

„Wissen, was gesund hält“ ist das Jahresprogramm 2019.
Nicht nur zu wissen, was gesund hält, sondern auch, was gesund macht, gesundheitsrelevante Informationen zu finden und sie im Alltag umzusetzen, stellt für uns die gesunde und eigenverantwortliche Lebensführung dar.

Die 5 Kneippschen Elemente, **Balance, Fitness, Bewegung, Wasser, Heilpflanzen,** finden sich wieder in unserem Programm 2019 mit Altbewährtem und vielen neuen Anregungen im Laufe des Jahres für eine bewusst gesunde Lebensführung.

Noch ein Tipp, wie Sie Infektionen in den kommenden kalten Monaten vorbeugen können:

„Mit Heilkräutern durch den Winter“

Ich wünsche Ihnen eine besinnliche Advents- und Weihnachtszeit (**wir sehen uns zur Adventsfeier am 7. Dezember)**, einen guten Rutsch ins Jahr 2019 und viel Freude und Engagement bei den vielfältigen Angeboten unseres Kneipp-Vereins zur Unterstützung ihrer Lebensqualität.

In diesem Sinne verbleibe ich mit herzlichen Grüßen

Ihre Petra Deschler (1. Vorsitzende)

Ihre Spezialisten in - Angelegenheiten

kardiologische gemeinschaftspraxis

Dr. Stephan Kretschmer
Dr. Johannes Bischoff

Am Krankenhaus 1
31655 Stadthagen
Tel. 05721 93999-0
Fax 05721 93999-29
www.kardiologie-stadthagen.de

Sprechzeiten:
Montag – Freitag:
8.00 – 12.00 Uhr
Mo., Di., Do.:
15.00 – 18.00 Uhr

Liebe Kneipp-Mitglieder,

in der letzten Gießkanne sowie im letzten Beiblatt riefen wir Sie auf, sich für ehrenamtliche Unterstützung für kleine und große Aufgaben in unserem Kneipp- Verein bei mir bzw. den weiteren Mitgliedern des Vorstandes bei Interesse zu melden.
Ja, es haben sich Kneipp-Freunde gemeldet für die Homepage, die Kursverwaltung, für das Austragen der Gießkanne.
Dafür unseren herzlichen Dank!
Wir sind auch schon in Kontakt getreten und es passt alles gut.

Und der Aufruf zur ehrenamtlichen Unterstützung geht weiter:
Sie lieben Teamarbeit und möchten dabei glücklich und zufrieden sein.
Seien Sie dabei! Machen Sie mit!

Aktuell suchen wir dringend noch eine Frau oder einen Mann, der oder die sich um unsere Finanzen als Schatzmeister/Schatzmeisterin kümmert. Auch benötigen wir ab 2019 Hilfe für die Mitgliederverwaltung und handwerklich geschickte Kneipp - Freunde für den Kneipp - Treff.
Darüber hinaus Übungsleiter-/innen für die Wassergymnastik und Nordic-Walking (finanzielle Unterstützung für eine ggf. erforderliche Ausbildung kann zugesagt werden).

Haben wir Ihre Aufmerksamkeit angeregt und Ihr Interesse geweckt? Das wäre schön!

Dann melden Sie sich bitte!

Bitte Zettel mit Namen, Tel.-Nr. oder Adresse in den Briefkasten am Kneipp-Treff werfen oder anrufen: 05031/5171871 (Petra Deschler).

Ihr Vorstand vom Kneipp – Verein Wunstorf e. V.

Vorschau auf bereits feststehende Veranstaltungen und Termine in 2019:

- Sicherheitsberatung für Senioren am 25.01.2019
- Vortrag: Rund um das Thema „Hören“ am 15.02.2019
- Winterwoche vom 17.- 24.02.2019
- Ernährungsberatung zum Thema „Laktose“ am 08.03.2019
- Wunstorfer Wirtschaftswochenende vom 30. - 31.03.2019
- Mitgliederversammlung am 17.05.2019
- Erlebnisreise Chiemgau vom 16. – 21.06.2019
- Kneipp – Bewegungstag am 10.08.2019
- Vereinsmeisterschaft Boule am 02.09.2019
- Wanderwoche Undeloh in der Lüneburger Heide vom 22. – 27.09.2019
- Grünkohlessen am 20.11.2019
- Adventsfeier am 06.12.2019

Beiträge ab 01.01.2019

Wie anlässlich der Jahreshauptversammlung 2018 einstimmig beschlossen, gelten ab 01.01.2019 folgende Jahresmitgliedsbeiträge:

Einzelpersonen jährlich:	40,00 € (monatlich 3,33 €)
Paare/Familien jährlich:	56,00 € (monatlich 4,66 €)

Wir begrüßen herzlich unsere neuen Mitglieder:

Helga Rittershofer, Klaus Rittershofer, Evelyn Schichel, Peter Schichel, Doris Ruland, Bruno Langhanki, Helga Hornburg, Sabine Schwetje-Rohe, Horst Grages, Anneliese Meier, Birgitt Hillmer, Sylvia Schmidt, Irene Joest, Barbara Christ, Johann Gawellek, Carsten Weddige, Nadine Weddige

Regelmäßige Veranstaltungen:

Boule:

Jeden **Montag um 14:00 Uhr** finden sich die Boule-Begeisterten ein und spielen zwei Stunden bei fast jedem Wetter auf dem Sportplatz neben dem TUS-Heim. Weitere Mitspieler und Mitspielerinnen sind herzlich willkommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Teilnahme ist kostenlos.

Bleib fit – schwimm mit:

Fit im Wasser – **jeden Montag**
Fröhliche und beschwingte Leichtigkeit erleben bei funktioneller Wassergymnastik mit unterschiedlichen Geräten; anschließend Schwimmen oder Entspannen im Whirlpool des Hallenbades. **Einlass ist um 15:45 Uhr**. Dieses Angebot ist ausschließlich für Mitglieder. Die Kosten betragen 2,50 Euro / Tag.

Gute Vorsätze für das neue Jahr umsetzen – etwas für die Gesundheit tun:

Man(n) bewegt sich - Fitness für Kopf und Körper:

Unser Bewegungsangebot besonders für die Männer aber auch offen für Frauen. Das Ziel: mit vielseitigen und abwechslungsreichen Übungen die allgemeine Fitness, die Koordination und Beweglichkeit sowie besonders das Gleichgewichtsgefühl stärken. Musik, Lachen und eine lockere Atmosphäre sorgen für Freude an der Bewegung.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich, einfach vorbeikommen - einmal mitmachen zum Schnuppern ist kostenfrei! Immer am Montag von 16:30 bis 18:00 Uhr in der Sporthalle der Stadtschule in der Nordstraße. Die Veranstaltung findet durchgehend statt; während der Ferien nach Absprache - kein Kurscharakter. Übungsleiter: Helmut Prietz.
Kosten: Zehnerkarte (10 Übungsabende) 35,00 Euro für Mitglieder, 44,00 Euro für Nichtmitglieder.

Tanzen:

Die Tanzgruppe am **Dienstag** freut sich immer über neue Teilnehmerinnen und insbesondere über Teilnehmer! Die Kosten betragen für 10 Termine für Mitglieder 35,00 Euro und für Nichtmitglieder 45,00 Euro.
Anmeldungen nimmt **Renate Golatka** entgegen (☏0511-98 422 936**,** E-mail: renate@golatka.de**).**
Wir tanzen 14-täglich dienstags von 10.00 bis 11.30 Uhr im Kneipp-Treff Barnestr.50
Die Termine 2019: 08.01./ 22.01./ 05.02. / 19.02./ 05.03./ 19.03./ 02.04./ 16.04./ 30.04./ 14.05./ 28.05./ 12.06./ 25.06.

Walken:

Das Walken findet ganzjährig **jeden Freitag** statt, und zwar vom 25. Oktober bis zum März immer von 15:30 bis 16:30 Uhr, von April bis Oktober jeweils von 16:30 bis 17:30 Uhr.
Treffpunkt ist immer **vor dem Hallenbad**. Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich. Gäste sind herzlich willkommen.

SPORT BÜSING
INTERSPORT GRUPPE
10% Rabatt für Kneipp-Mitglieder !
Nordstr. 11 • 31515 Wunstorf • Tel. 05031 / 4498
Fax 05031 / 8666 • sport-buesing@t-online.de

Nordic-Walking-Treff an jedem Montag, Dienstag und Freitag:

Beginnen Sie die Woche am Montag mit gesunder Bewegung beim Nordic-Walking! **Nordic Walking** stärkt das Herz–Kreislaufsystem, verbessert die Kraft, Beweglichkeit und Koordination, mobilisiert verspannte Schultern und macht in der Gemeinschaft besonders viel Spaß. Sie haben die Möglichkeit zur Teilnahme an **drei** Nordic-Walking-Treffs:

- **Montags** **09:30** bis ca. **11:00 Uhr** Leitung: Heike Haßlöcher
- **Dienstags** **15:30** bis ca. **17:00 Uhr** Leitung: Helmut Prietz
- **Freitags** **15:30** bis ca. **17:00 Uhr** Leitung: NN

In den Monaten November, Dezember und Januar beginnt Nordic-Walking am Nachmittag schon um 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr.

Treffpunkt für alle drei Termine ist an der **Gaststätte „Alten's Ruh"**, gewalkt wird im „Hohen Holz". Bringen Sie gute Laune und Ihre eigenen Stöcke mit, tragen Sie sportgerechte Kleidung und geeignete Laufschuhe. Die **Teilnahme an einem Einführungskurs** ist die sinnvolle und notwendige Voraussetzung zur Beteiligung am Nordic-Walking-Treff!

31. Nordic-Walking-Ausbildungskurs – jeweils am Dienstag und am Freitag

Nordic-Walking ist nur dann effektiv für die Gesundheit, wenn es richtig erlernt und ausgeführt wird. Deshalb bieten wir wieder einen neuen Einführungskurs an.
Beginn ist am: **Dienstag, 02. April 2019 um 15:30 Uhr** unter der Leitung von Helmut Prietz, der von Heike Haßlöcher unterstützt wird.
Der Kurs umfasst 5 Einheiten von je 90 Minuten und findet jeweils am **Dienstag** und am **Freitag** statt. Die weiteren **Termine** sind**:** 05., 09., 12. und 16. April 2019.
Treffpunkt ist die **Gaststätte „Alten's Ruh"** am Hohen Holz.
Bitte tragen Sie sportgerechte Kleidung und geeignete Laufschuhe. Bringen Sie nach Möglichkeit eigene NW-Stöcke mit, da im Verein nur eine begrenzte Anzahl an Stöcken zur Verfügung stehen. **Kurskosten**: **25,00 Euro** für Mitglieder; **40,00 Euro** für Nichtmitglieder.

Anmeldungen an: Helmut Prietz, Tel.: 05031-958437 oder Heike Haßlöcher, Tel.: 05031-3387.

Alten's Ruh liegt direkt am Rand des Waldgebietes „Hohes Holz" zwischen Wunstorf und Steinhude. Ob Sie Pausen von einer Fahrradtour machen, einen Imbiss beim Spazierengehen genießen oder einfach nur im Biergarten ausspannen oder mit Ihren Liebsten feiern möchten: ***Alten's Ruh bietet für jeden etwas.***

Ein großer Kinderspielplatz neben der Waldgaststätte sorgt auch bei unseren kleinen Gästen für Spaß und Unterhaltung.

Schauen Sie vorbei und genießen Sie Ihren Aufenthalt bei guter Küche und schöner Umgebung!

WALDGASTSTÄTTE
Alten's Ruh

„Kostas" Joannidis · 31515 WUNSTORF
Am Hohen Holz 51 (Einfahrt bei OBI)
Telefon 0 50 31 / 96 98 40 · www.altens-ruh.de

Öffnungszeiten (Oktober - April):
Mo-Fr 12.00 - 22.00 Uhr • Sa, So, Feiertag 10.00 - 22.00 Uhr

WIR BRINGEN GUTEN GESCHMACK

Getränke Heidorn

WUNSTORF & STEINHUDE am Meer

Seit 1912 VOSS
INNENEINRICHTUNG
Beratung, Planung, Ausführung, eigene Werkstätten

Speckenstraße 1 · 31515 Wunstorf
Tel.: 0 50 31 / 95 65-0 · Fax: 0 50 31 / 95 65 65
E-Mail: info@voss-inneneinrichtung.de

Unser Präventions-Kursprogramm im 1.Quartal 2019:

Kurs	Nr.	Tag	vom	bis	Anz	Beitrag MG	Beitrag NMG	von	bis	Übungsleiter/in
Yoga	1562	Mo	11.02.	06.05.	12 x	68,00	85,00	16:15	17:45	Marnie Lerch
Yoga	1561	Mo	11.02.	06.05.	12 x	68,00	85,00	18:00	19:30	Marnie Lerch
Tanzen	1535	Di	08.01.	25.06.	13x	44,00	55,00	10:00	11:30	Renate Golatka
Vini-Yoga	1502	Di	08.01.	12.03.	10 x	60,00	75,00	11:00	12:30	Jana Weber
Qi Gong	1503	Di	22.01.	23.03.	8 x	40,00	50,00	17:30	18:30	Dorothee Nürnberger
Pilates	1516	Di	15.01.	09.04.	13x	65,00	80,00	19:00	20:15	Michaela Wörner
Vini-Yoga	1509	Mi	09.01.	13.03.	10 x	60,00	75,00	11:00	12:30	Jana Weber
Qi Gong	1506	Mi	23.01.	13.03.	8x	40,00	50,00	10:00	11:00	Dorothee Nürnberger
WS-Gymnastik	1501	Mi	20.02.	29.05.	10 x	40,00	50,00	17:30	18:15	Sandra Prein
Faszien	1540	Mi	30.01.	27.03.	8x	36,00	45,00	18:30	19:30	Sandra Prein
Faszien	1541	Mi	30.01.	27.03.	8x	36,00	45,00	19:45	20:45	Sandra Prein
Yoga	1560	Do	28.02.	16.05.	12x	68,00	85,00	08:30	10:00	Barbara Lerch
Yoga	1564	Do	28.02.	16.05.	12x	68,00	85,00	10:15	11:45	Barbara Lerch
Yoga	1504	Do	17.01.	04.04.	12x	68,00	85,00	17:30	19:00	Tanja Claußen
Qi Gong	1505	Do	07.03.	16.05.	10 x	48,00	60,00	19:30	20:30	Birgitta Maikowske

Anmeldungen an **Rolf Bremer, Tel.: 05031-2702, E-Mail:** dagmar.bremer@web.de oder an **Gabriele Clemens, Tel.: 05031-5430, E-Mail:** gabiclemens@icloud.com

Die Kurse „Vini-Yoga“ finden in der Lange Straße 31, 31515 Wunstorf, statt. Alle anderen Kurse finden im Kneipp-Treff, Barnestraße 50, 31515 Wunstorf, statt.

Terminliche Veränderungen werden von den Kursleiterinnen mit den Teilnehmenden abgesprochen. Bitte bringen Sie für alle Kurse eine Decke oder eine ISO-Matte und ein kleines Kissen mit. Für den Kurs „Wirbelsäulengymnastik“ benötigen Sie außerdem ein Thera-Band.

Die Kurse im Kneipp-Treff finden grundsätzlich mit mindestens 10 und maximal 12 Teilnehmenden statt. Bei Kursbeginn erhalten Sie eine Information zur Überweisung der Teilnahmegebühr.

Geführte Radtouren 2019 – immer Mittwoch und Samstag

Achtung: in den Wintermonaten finden keine Fahrradtouren statt:
Wiederbeginn ist im April 2019 – alle Termine in der Gießkanne 02/2019

Wandern:

Wanderwarte / Telefon	Wanderungen	Wann / monatlich
Uwe Ploog /☎14120	Sportwanderungen (20 bis 26 km)	Jeweils am 2. Dienstag oder 2. Samstag
Manuela Graeber / ☎9696158 Christel Stucke / ☎912623	Berg und Tal (15 bis 18 km)	Jeweils an jedem 3. Samstag
Antje Kafke /☎5150017	Wald und Wiese (ca. 12 km)	Jeweils an jedem 1. Donnerstag
Edith Teuber / ☎8287 Elisabeth Hammer-Ploog / ☎14120	Kurzwanderungen (6 bis 8 km)	Jeweils an jedem 4. Donnerstag

Alle Wanderungen und **die aktuellen Termine** sowie Wanderstrecken werden im **Schaukasten**, in der **Presse** und auf unserer **Homepage** (www.kneippverein-wunstorf.de) rechtzeitig angekündigt.
Wichtiger Hinweis: Für die Wandergruppe „Wald und Wiese“ wird eine Unterstützung als Wanderleiter / Wanderleiterin dringend gesucht.
Wer Interesse hat, meldet sich bitte bei Christel Stucke ☎05031-912623.

Kneipp-Lesekreis

Wir treffen uns jeweils am Donnerstag, lesen alte und neue Bücher, sitzen in gemütlicher Runde bei Kaffee und Kuchen, lernen uns besser kennen und sind fast schon „alte Freunde“. Kommen Sie dazu! Genießen Sie interessante Lesekreisnachmittage in netter Runde.
Die nächsten **Termine** 2019: 17.Januar / 14.Februar / 14.März immer von **15:00 bis 17:00** Uhr im Kneipp-Treff, Barnestraße 50, 31515 Wunstorf.
Anfragen bei Birgit Baron, Tel.: 05031-962571. Wir freuen uns auf Sie!

Und zur Einstimmung eine Buchempfehlung von **Ursula Ehrlich**

Der Pfau Roman v. Isabel Bogdan, Taschenbuch, erschienen 2018

Diese subtile Komödie spielt auf einem heruntergekommenen Landsitz in der Abgeschiedenheit der schottischen Highlands.
Eine Londoner Gruppe von Investmentbankern verbringt hier, mitsamt Köchin und Psychologin, ein verlängertes Wochenende um Teambildungskompetenzen zu verbessern. Das spartanische Ambiente des Herrenhauses, ein verrückt gewordener Pfau, dazu ein plötzlicher Wintereinbruch bringen die Banker in ein Chaos, das mit englischem Humor sehr unterhaltsam und spannend erzählt wird.

Autorin: Isabel Bogdan, 1968 geboren, studierte Anglistik und Japanologie und arbeitete als preisgekrönte Übersetzerin u.a. für Nick Hornby und Jane Gardam. „Der Pfau“ ist ihr erster eigener Roman

MEER FASTEN
Prävention und Abwendung von ernährungs- und stressbedingten Zivilisationserkrankungen
Kirsten Müller ▪ ärztl. gepr. Gesundheitsberaterin GGB
Entspannungskursleiterin ▪ Stressmanagementtrainerin
Tel. 05031-5166834 ▪ www.meer-fasten.de

Café Central
Frühstück-Mittagstisch-Kaffee und Kuchen
Familienfeiern
Am Burgmannshof 1B
31515 Wunstorf
05031 - 96 9 96 80
www.cafe-central-wunstorf.de
info@cafe-central-wunstorf.de

Einzelveranstaltungen:

Bildungsurlaubsseminare am Steinhuder Meer in 2019

Burnout vorbeugen durch vitalstoffreiche Ernährung und aktives Stressmanagement!
Dieses Seminar richtet sich vor allem an Berufstätige, die ihre 5 Tage gesetzlichen Anspruch auf Bildungsurlaub für ihre Gesundheit nutzen wollen. Natürlich kann auch jeder andere Interessierte mitmachen. Aktive Entspannung zur Stressbewältigung und wertvolle Ernährung sind zwei wichtige Säulen für eine gesunde Lebensführung. Die Gesundheitslehre von Sebastian Kneipp bietet hierzu wertvolle Orientierung und ist daher aktueller denn je. Als Arbeitnehmer haben Sie die Pflicht, Ihre Arbeitskraft zu erhalten, daher wird es zunehmend wichtiger, geeignete, alltagstaugliche Methoden und Maßnahmen kennenzulernen und zu trainieren, um sich einen gesünderen Lebensstil anzueignen und damit auch aktiv die eigene Arbeitskraft zu fördern. Das Seminar beinhaltet Muskelentspannung, Wassertreten im Steinhuder Meer mit kleinen Bewegungspausen am Strand und die Einführung in eine natürliche, vitalstoffreiche, bunte Ernährung – alles Säulen der Gesundheitslehre von Sebastian Kneipp. Der integrierte Präventionskurs „Progressive Muskelentspannung“ ist von den Krankenkassen anerkannt und wird bezuschusst.

Termine: 20. - 24.05.2019 und 14.- 18.10.2019
Anzahl Teilnehmer: min. 7, max.13
Ort: Tagungshotel Haus am Meer, Uferstr.3, 31515 Steinhude,
Details unter www.haus-am-meer-steinhude.de

Seminargebühr inkl. Übernachtung: Mittagessen, Getränke, Pausensnacks & Materialkosten, ohne 380 € ohne Zuschuss (ca. 75 € Krankenkassenzuschuss möglich. Im Anschluss an den Kurs zu beantragen.)
Anbieter: Kneipp-Verein Wunstorf e.V., Barnestr.50, 31515 Wunstorf
Seminarleitung: Kirsten Müller, Seminarleiterin im Kneipp Verein.

Frau Müller ist Sozialwissenschaftlerin, ärztl. gepr. Gesundheitsberaterin GGB, Entspannungskursleiterin und Stressmanagementtrainerin nach § 20 SGBV. Weitere Details unter www.meer-fasten.de

Anmeldung: **Tel. 05031-5166834 oder per Email an info@meer-fasten.de**

Vortragsabende

Die Polizei informiert im Kneipp - Treff

Damit unsere Fensterscheiben nicht auch so aussehen, unsere Wohnung nicht leergeräumt ist und wie wir uns vor dem Enkeltrick schützen können - über diese und viele weitere Fragen erhalten Sie Antworten in einer Gesprächsrunde mit **Polizeibeamten für Prävention**

Sicherheitsberatung für Senioren
Am Freitag, 25.01.2019 im Kneipp -Treff
um16:00 Uhr

Aufklärung soll uns schützen und bewahren vor alterstypischen Straftaten.

Alle Kneipp - Mitglieder und Interessierte sind dazu herzlich eingeladen. Der Eintritt ist frei.

Anmeldungen: bitte schriftlich in den Briefkasten Kneipp - Treff, Barnestr. 50
oder Tel. 05031 /5171871.

Kneipp-Verein Wunstorf - Veranstaltungskalender 2019

Tag		Januar		Februar		März		April		Mai		Juni
Fr.			1	Winterferien	1							
Sa			2		2						1	
So			3		3						2	
Mo			4		4		1				3	
Di	1	Neujahr	5		5		2				4	
Mi	2	Weihnachtsferien	6		6		3		1	Tag der Arbeit	5	
Do	3		7		7		4		2		6	
Fr	4		8		8		5		3		7	
Sa	5		9		9		6		4		8	
So	6		10		10		7		5		9	Pfingsten
Mo	7		11		11		8	Osterferien	6		10	Pfingsten
Di	8		12		12		9		7		11	Pfingstferien
Mi	9		13		13		10		8		12	
Do	10		14		14		11		9		13	
Fr	11		15	Ernährungsberatung	15		12		10		14	
Sa	12		16		16		13		11		15	
So	13		17	Winterwoche	17		14		12		16	Reise Chimgau
Mo	14		18		18		15		13		17	
Di	15		19		19		16		14		18	
Mi	16		20		20		17		15		19	
Do	17		21		21		18		16		20	
Fr	18		22		22		19	Karfreitag	17	Mitgliederversammlung	21	
Sa	19		23		23		20		18		22	
So	20		24		24		21	Ostern	19		23	
Mo	21		25		25		22	Ostern	20		24	
Di	22		26		26		23		21		25	
Mi	23		27		27		24		22		26	
Do	24		28		28		25		23		27	
Fr	25	Sicherheitsberatung			29		26		24		28	
Sa	26				30	***Wirtschafts-***	27		25		29	
So	27				31	***Wochenende***	28		26		30	
Mo	28						29		27			
Di	29						30		28			
Mi	30								29			
Do	31	Winterferien							30	Himmelfahrt		
Fr									31	Pfingstferien		

Kneipp-Verein Wunstorf - Veranstaltungskalender 2019

Tag		Juli		August		September		Oktober		November		Dezember
Do			1	Sommerferien								
Fr			2						1			
Sa			3						2			
So			4		1				3		1	
Mo	1		5		2	Boule Vereinsmeisterschaft			4		2	
Di	2		6		3		1		5		3	
Mi	3		7		4		2		6		4	
Do	4	Sommerferien	8		5		3	Tag Deutsche Einheit	7		5	
Fr	5		9		6		4	Herbstferien	8		6	Weihnachtsfeier
Sa	6		10	Kneipp-Bewegungstag	7		5		9		7	
So	7		11		8		6		10		8	
Mo	8		12		9		7		11		9	
Di	9		13		10		8		12		10	
Mi	10		14		11		9		13		11	
Do	11		15		12		10		14		12	
Fr	12		16		13		11		15		13	
Sa	13		17		14		12		16		14	
So	14		18		15		13		17		15	
Mo	15		19		16		14		18		16	
Di	16		20		17		15		19		17	
Mi	17		21		18		16		20	Grünkohlessen	18	
Do	18		22		19		17		21		19	
Fr	19		23		20		18		22		20	
Sa	20		24		21		19		23		21	
So	21		25		22	Wanderwoche	20		24		22	
Mo	22		26		23		21		25		23	Weihnachtsferien
Di	23		27		24		22		26		24	Hl.Abend
Mi	24		28		25		23		27		25	Weihnachten
Do	25		29		26		24		28		26	Weihnachten
Fr	26		30		27		25		29		27	
Sa	27		31		28		26		30		28	
So	28				29		27				29	
Mo	29				30		28				30	
Di	30						29				31	Silvester
Mi	31						30					
Do							31	Reformationstag				

Bericht der Städtischen (Kneipp-) Kindertagesstätte Steinhude am Meer

Die Kneipp Kita in Steinhude möchte den Lesern der Gießkanne gern einen Einblick in den pädagogischen Kneipp Alltag geben.
Was heißt es als Kind diese Einrichtung zu besuchen? Was sind Regelmäßigkeiten, die die Kinder brauchen und wie werden sie mit eingebunden? Auf diese Dinge möchten wir im Folgenden eingehen: Wir lassen täglich eine oder mehrere der kneippschen Säulen in den Kita Alltag einfließen. Jede Gruppe gestaltet diese Angebote je nach Interesse der Kinder und natürlich auch in Berücksichtigung mit dem Jahreslauf. Ob Kochen, Tanzen, Kräuter pflegen, Stillestunden oder Quarkmasken machen. Alle Kinder vom 1 – jährigen Krippenkind über das Kindergartenkind bis zum Hortkind haben Spaß daran.
Alle zwei Wochen findet im Kindergartenbereich der sogenannte Kneipp Tag statt. Die 100 Kindergartenkinder der Einrichtung treffen sich nach dem Frühstück in der Turnhalle. Dort stellt jede Erzieherin vor, welches Angebot, zu welcher Säule, sie durchführen möchte. Die Kinder entscheiden je nach Interesse, wo sie in den nächsten 45 Minuten mitmachen möchten. Die Kinder lernen so sehr unterschiedliche Kneipp Angebote und auch andere Kinder kennen. Dadurch erlangen sie Selbstbewusstsein und fühlen sich wohl und sicher in der Kindertagesstätte.
Außerdem finden fünfmal im Jahr die Kneipp Säulenmonate statt. Die fünf Säulen sind dabei so aufgeteilt, dass die Kinder in einem Kindertagesstättenjahr, jede Säule in ihrer Gruppe vier Wochen lang thematisch behandeln. Die Ausgestaltung der jeweiligen Kneipp Elemente orientiert sich an den Kindern. Wir binden in diesen Wochen sehr gern Eltern mit bestimmten Spezialgebieten ein. Vor einiger Zeit haben z. B. Eltern gruppenübergreifend mit den Kindern gekocht oder geturnt. Hier eine kurze Übersicht wie die Säulenmonate bis Sommer 2019 liegen: Oktober 2018 – Bewegung (schon vergangen), Januar 2019 – Seelisches Wohlbefinden, März 2019 – Ernährung, Mai 2019 – Kräuter, August 2019 – Wasser.
Um die Kneipp Philosophie auch an die Eltern der Kinder zu transportieren und um die partnerschaftliche Beziehung zu stärken, bieten wir auch Elternabende für Mütter oder Väter an. In der Vergangenheit fand ein Väterklönabend und ein Mütterwohlfühlabend statt.
Zum Schluss noch ein Termin, den sie sich gern notieren können! Die Kindertagesstätte Steinhude möchte gerne alle Interessierten am 13.12.2018 um 17.30 Uhr zum lebendigen Adventskalender einladen. Wir treffen uns draußen um gemeinsam eine nette halbe Stunde mit Liedern, einer Geschichte, Keksen, Kinderpunsch und Kakao mit ihnen zu verbringen.

Viele Grüße vom Team der Kita Steinhude

Wir kümmern uns um Ihr Auto - aber sicher!

AUTOHAUS Schulze

Service

ŠKODA

ŠKODA Service

Autohaus Schulze GmbH
31515 Wunstorf, Hagenburger Str. 50, Tel.: 0 50 31 / 95 31-0

Autohaus Schulze GmbH
31582 Nienburg, Verdener Landstr. 185, Tel. 05021 / 6040-0

Autohaus Schulze Schaumburg GmbH
31655 Stadthagen, Vornhäger Str. 65, Tel. 05721 / 93898-0

www.autohaus-schulze.com

Kunstfahrten, Tagesfahrten, Reisen

Lust auf Kunst?

am Freitag, d. 18.Januar 2019, startet der Kneipp-Verein Wunstorf ins neue Jahr erneut mit einer Kunst-Kurz-Tour.

Wir besuchen das Landesmuseum Hannover und die Ausstellung:

„Max Slevogt. Eine Retrospektive zum 150. Geburtstag."

Da das Landesmuseum weltweit die bedeutendste Sammlung des „Dreigestirns des deutschen Impressionismus"- Max Liebermann, Lovis Corinth und Max Slevogt – besitzt, präsentiert es zum 150. Geburtstag von Slevogt (1868-1932) eine beeindruckende Jubiläumsausstellung.
In 150 eindrucksvollen Werken - stellvertretend für jedes Jahr – werden Gemälde, Zeichnungen und Drucke aus der eigenen Sammlung und als hochkarätige Leihgaben aus nationalen und internationalen Museen gezeigt.
Diese Retrospektive vermittelt uns ein vollständiges Bild eines der wichtigsten und vielseitigsten deutschen Künstlers seiner Zeit, der, inspiriert von der Natur und Szenen aus Geschichte, Literatur und Musik, dies als Thematik in seinen Werken darstellte.

Treffpunkt:	13.10 Uhr am Bahnhof Wunstorf
Abfahrt Wunstorf:	13.25 Uhr
Ankunft Hannover:	13.37 Uhr
Führung:	circa: 14.30 Uhr
Treffpunkt Rückfahrt:	17:00 Uhr Hannover Hauptbahnhof
Rückfahrt	ab 17.20 Uhr und/oder nach Rücksprache
Kosten:	Hin- und Rückfahrt und Führung 11,00 Euro, 3,00 Euro mehr f. Nichtmitglieder bei einer Teilnahme von 20 Personen
Anmeldungen:	Marianne Kleine-Tebbe, Tel. 05031/120 120, mobil 01711268831 oder E-Mail: marianne.kt@t-online.de

Die Teilnahme ist nur mit Voranmeldung möglich. Einzahlungen ab 10.01.2019 auf das Kto. Kneipp-Verein Wunstorf, IBAN DE 73 2515 2490 0000 1413 41, im Verwendungszweck bitte angeben:
„KN 1677 Slevogt / Hannover"

Anmeldungen sind verbindlich und kostenpflichtig, bei Absage ist Ersatz zu stellen

Chiemgau - Bayrische Impressionen
6-Tage-Fahrt vom 16. bis 21. Juni 2019

Für das kommende Jahr freuen wir uns auf eine 6–tägige Erlebnisreise in den **Chiemgau**.
Die Fahrt und Organisation wird vom **Omnibusbetrieb Heinrich Meuter** aus Wunstorf-Bokeloh durchgeführt. Während unseres Aufenthaltes logieren wir im **3* Hotel zur Post** mit Halbpension in der oberbayrischen Gemeinde Rohrdorf bei Rosenheim.

Das geplante Programm:

1. Tag Sonntag: Anreise
Abfahrt von Wunstorf und nach mehreren Pausen und Zwischenhalt kommen wir gegen Abend nach Rohrdorf, wo wir im **Hotel zur Post** einchecken. Nach dem Abendessen wartet ein Begrüßungsschnäpschen.

2. Tag: Montag: Besuch in München
Heute steht ab 9:15 Uhr der Besuch der **bayerischen Landeshauptstadt München** auf dem Programm. Nach einer **Rundfahrt** mit dem Bus und einem geführten **Stadtrundgang** besuchen wir einen typischen **Biergarten**, wo die Möglichkeit für eine „Brotzeit“ besteht. Anschließend haben wir etwas Freizeit fürs Kennenlernen auf eigene Faust. Rückfahrt und Abendessen im Hotel.

3. Tag: Dienstag: Ausflug zum Chiemsee
Um 9:15 Uhr starten wir nach **Prien am Chiemsee**, wo wir mit dem Schiff zur Insel Herrenchiemsee übersetzen. Dort besichtigen wir das **Schloss Herrenchiemsee** (eines der Märchenschlösser vom bayerischen König Ludwig II). Nach einer individuellen Mittagspause fahren wir durch den Chiemgau zurück zum Hotel. Abendessen im Hotel.

Foto: Hermann Pries/ Impression vom Chiemsee
Blick auf die Alpen

4. Tag: Mittwoch: Besuch Heimatmuseum und Bayrischer Abend
Der Tag beginnt mit einer Ergänzung des Frühstücksbuffets, heute gibt es zusätzlich **Weißwürste**, so dass wir bestens gestärkt den **Besuch eines Heimatmuseums** in Angriff nehmen können. Anschließend besuchen wir eine **Brennerei** und nehmen dort eine Kostprobe. So beschwingt werden wir zur frühen **Kaffeetafel im Hotel** geladen. Der Nachmittag dient zur Erholung und zur freien Verfügung. Abendessen im Hotel. Im Anschluss **Bayrischer Abend** im Hotel.

5. Tag: Donnerstag: Ausflug nach Kufstein
Um 9.15 Uhr starten wir unseren Ausflug zum alten **Festungsstädtchen Kufstein**. Nach einer Führung durch das Städtchen wartet ein Besuch der **Swarowski Kristallwelten** auf uns. Rückfahrt zum Hotel und Abendessen dort.

6. Tag: Freitag: Rückreise über München Allianz-Arena
Um 9:15 Uhr starten wir unsere Heimreise. Als letztes „Highlight“ unserer Reise besuchen wir die **Allianz-Arena in München** mit fachkundiger Führung (vorbehaltlich des aktuellen Spielplanes und der damit verbunden Verfügbarkeit). Gegen 20:00 Uhr sind wir zurück in Wunstorf.

Bleiben Sie unabhängig:
Ihre Fachberaterin für Menschen mit eingeschränkter Sehleistung.
MENDEL AUGENOPTIK
Monika Mendel
Nordstraße 16 31515 Wunstorf
05031-9585106

Fahrradhaus Rusack
Verkauf • Service • Reparatur
Albert-Einstein-Strasse 3b - 31515 Wunstorf
www.fahrradhaus-rusack.de - fahrradhaus.rusack@t-online.de
Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 8.30-19.00 Uhr - Sa.: 9.00-15.00 Uhr

Alles auf einem Blick:

Veranstalter:	**Omnibusbetrieb Heinrich Meuter,** Steigerstr. 12, 31515 Wunstorf - Bokeloh
Reisetermin:	**Sonntag, 16. bis Freitag 21. Juni 2019**
Abfahrt:	Am **Sonntag, 16. Juni** an folgenden Zusteige-Orten: **7:15** Uhr Parkplatz Schulzentrum Aue (IGS) und **7:30** Uhr Bahnhof Wunstorf Südseite.
Kosten:	Pro Teilnehmer im Doppelzimmer **535,00 Euro,** je Teilnehmer im Einzelzimmer **615,00 Euro** (Einzelzimmer können nur in geringer Anzahl angeboten werden). Nichtmitglieder zahlen einen Zuschlag von 60 Euro. Im Reisepreis ist keine Reiserücktrittsversicherung enthalten. Bei Rücktritt ist der volle Reisepreis zu zahlen, es sei denn, es wird eine Ersatzperson gestellt.
Leistungen:	Im Reisepreis enthalten sind die Fahrt im komfortablen **Reisebus**, **fünf Übernachtungen mit Frühstück und Abendessen**, **sämtliche Ausflüge, Führungen, Eintrittspreise und bayrischer Abend** (wie beschrieben) sowie **Trinkgelder.**
Anmeldungen:	Schriftlich bis zum Sonnabend, **05. Januar 2019** mit dem beiliegenden Vordruck. Sie erhalten bis zum 26. Januar 2019 die verbindliche Zusage entweder mündlich per Telefon oder schriftlich per Mail (wenn Sie uns Ihre E-Mailadresse geben). Die Mindestteilnehmerzahl ist 42.
Zahlung:	Bitte zahlen Sie nach der Teilnahmebestätigung bis spätestens zum **29. März 2019** auf das Konto des Kneipp-Vereins Wunstorf bei der Stadtkasse Wunstorf **IBAN: DE73 2515 2490 0000 1413 41** BIC: NOLADE 21 WST unter Verwendungszweck: **Reise Nr. 1700 Chiemgau**
Rückfragen:	Inge und Hermann Pries, Tel.: 05031 - 15447 oder herprie@web.de

Bitte bewahren Sie im Falle einer Bewerbung diese Ausschreibung gut auf, damit Sie die Reisedaten vorliegen haben. Eine Haftung für Unfälle, Diebstähle oder sonstige Schäden für die Dauer der Reise, auch An- und Abfahrt, übernimmt der Kneipp-Verein nicht. Änderungen des Programms aus organisatorischen Gründen sind vorbehalten.

Eine eigene Reiserücktrittsversicherung wird empfohlen.

Vorab-Information:

Für Eure Urlaubsplanung: die Wanderwoche 2019 unter Führung von Manuela Graeber findet vom 22. bis 27. September in Undeloh in der Lüneburger Heide statt. Die Ausschreibung und das Anmeldeformular folgen demnächst.

Kommunikationsliste für den Kneipp-Verein Wunstorf e.V. Stand: 1. Dezember 2018

Funktion	Name	Telefon	e-mail	Bemerkungen	Weitere Funktion
1. Vorsitzende	Petra Deschler	05031-5171871	petra.deschler@gmx.de		
2. Vorsitz komm.	Klaus Rittershofer	05031-9778735	k-rittershofer@online.de		Redaktion Gießkanne
3. Vorsitzende	Erika Thake	05031-16853	ethake@freenet.de		
Schatzmeisterin	Wera Hoyer	05031-16048	hans-helmut-wera.hoyer@t-online.de		
Schriftführerin	Elisabeth Hammer-Ploog	05031-14120	plooghammer@online.de	Fax: 05031/150670	Assistentin für Kurzwanderungen
Assistentin des Vorstandes	Doris Weddige	05033-3914960	dorisweddige@gmx.de		Mitglieder-Verwaltung
Assistent des Vorstandes	Rolf Bremer	05031-2702	dagmar.bremer@web.de		Kursbetreuung
Assistent des Vorstandes	Dietrich Reuter	05031-8218	dietrichreuter@gmx.de	0177-842-8218 Fax: 05031-12422	Belegung Kneipp-Treff Boule
Beirat	Dagmar Bremer	05031-2702	dagmar.bremer@web.de	s	
Beirat	Stefanie Selzer	05031-2126	stefanie-selzer@t-online.de		
Beirat	Jean-Cl. Cousin-Sauer	05034-879690	jccousin@t-online.de	0152-034-20321	
Beirat	Hermann Pries	05031-15447	herprie@web.de		Reisen / Tagesfahrten
Beirat	Barbara Ohl	05031-914309	bhw43@web.de		
Beirat	Uwe Ploog	05031-14120	plooghammer@online.de		Sport-Wanderungen
Hauptverteilerin	Karin Adler	05031-72793	rk.adler@arcor.de		Kneipp-Journale
Wanderwartinnen	im Wechsel			Siehe die Ausschreibungen	Wald- und Wiese-Wanderungen
	Manuela Graeber	05031-9696158	graebermanu@gmx.de		Berg-und Tal-Wanderungen / Wanderwoche
	Christel Stucke	05031-912623	ruechristu@web.de	Assistentin für Berg- und Tal-Wanderungen	
	Edith Teuber	05031-8287			Kurzwanderungen
Nordic Walking	Helmut Prietz	05031-958437	helmut.prietz@web.de	große Radtouren / Radwanderwoche / Winterwoche / Man(n) bewegt sich	
	Heike Haßlöcher	05031-3387	heikehassloecher@gmx.de		Nordic-Walking
Kunstreisen	Marianne Kleine-Tebbe	05031-120120	marianne.kt@t-online.de		
Radwanderwarte	Wilhelm Bödeker	05031-71257	wilhelm.boedeker@web.de		
	Heinz-Helmut Runge	05031-8939	h.-h.runge@t-online.de		Kleine Radtouren
Wassergymnastik	Birgit Baron	05031-962571	bb.am-meer@gmx.de		Lesekreis
	Antje Kafke	05031-5150017	antje@kafke.de		
	Heiner Homburg	05031-16249	heiner.homburg@gmail.com		Radtouren
Boule	Dietrich Reuter	05031-8218	dietrichreuter@gmx.de		
	Rüdiger Stucke	05031-912623	ruechristu@web.de		
Gratulationen	Stefanie Dähler	05031-8328	s.daehler@freenet.de		
Mitarbeit Gießkanne	Ursula Ragge	05031-8995	u.ragge@t-online.de		Presse
Betreuung KiTa / Grundschulen	Karin Weidenhammer	05031-912603	hweidenhammer@t-online.de		

Aufnahmeantrag

Kneipp-Verein Wunstorf e. V.
Barnestraße 50
31515 Wunstorf
info@kneippverein-wunstorf.de

Ich / Wir beantragen eine Mitgliedschaft im Kneipp-Verein Wunstorf e.V. zum _____
(Die Mindestmitgliedschaft beträgt 1 Jahr.)

❑ Einzelperson	40,00 Euro pro Jahr	❑ Familie	56,00 Euro pro Jahr
❑ Fördermitglied	____ Euro pro Jahr	❑ Einrichtung, Betrieb	48,00 Euro pro Jahr

Name der Einrichtung / des Betriebes: _____

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Partner/in _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Straße _____ Postleitzahl _____ Ort _____

Telefon (freiwillig) _____ E-Mail-Adresse (freiwillig) _____

Kinder unter 18 Jahren können beitragsfrei mit in die Familienmitgliedschaft aufgenommen werden:

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Nachname _____ Vorname _____ Geburtsdatum _____

Der Bezug der Zeitschrift „Kneipp-Journal“ ist in der Mitgliedschaft enthalten. Mit meiner Mitgliedschaft erkenne ich / erkennen wir die Satzung des Kneipp-Verein Wunstorf e.V. in der jeweils geltenden Fassung an (einzusehen unter www.kneippverein-wunstorf.de). Eine Kündigung der Mitgliedschaft ist nur mit einer Frist von 3 Monaten zum Jahresende möglich.
Ich / wir sind damit einverstanden, dass die personenbezogenen Daten unter Beachtung des Datenschutzgesetzes gespeichert und verarbeitet werden. Die Nutzung erfolgt ausschließlich für satzungsgemäße Zwecke des Kneipp-Verein Wunstorf e.V. und des Kneipp-Bund e.V. mit seinen Untergliederungen. Eine Weitergabe der Daten an Dritte erfolgt nicht.
Ich / wir bestätigen, dass wir die Informationen des Kneipp-Verein Wunstorf e.V. zum Umgang mit den Daten gemäß Artikel 13 DS-GVO im Internet eingesehen, gelesen und verstanden habe/n.
Ich / wir sind damit einverstanden, dass meine / unsere Daten zum Zwecke der Ehrung für z.B. besondere Leistungen oder lange Mitgliedschaft verwendet sowie Name(n) und Fotos zur Medienberichterstattung, auf der Internetseite oder in Vereins-publikationen verwendet werden.

☐ Ich / wir willigen ein, dass die freiwillig angegebenen Daten zu den vorgesehenen Zwecken verarbeitet werden dürfen. Diese Einwilligung kann jederzeit ganz oder teilweise von mir / uns mit Wirkung für die Zukunft widerrufen werden (es genügt jeweils eine E-Mail).

Ort _____ Datum _____ Unterschrift (bei Minderjährigen gesetzl. Vertreter) _____

Ort _____ Datum _____ ggf. Unterschrift Partner/in _____

Auszufüllen vom Kneipp-Verein Wunstorf e.V.:
Lieferung des Kneipp-Journals per Einzelversand ☐ Frachtversand ☐

Prüfen: _____ SM: _____ M-Liste: _____ Summe: _____

MR / Mnr: _____ HV: _____ B-Schreiben: _____ GK: _____

Abmeldeliste: _____ Kneipp-Bund: _____

Aufnahmeantrag

SEPA-Lastschriftmandat

Zahlungsempfänger:
Kneipp-Verein Wunstorf e.V., Barnestraße 50, 31515 Wunstorf

Gläubiger-Identifikationsnummer:
DE54ZZZ00000449950

Mandatsreferenz: (auszufüllen vom Kneipp-Verein Wunstorf e.V.)

_____

Für die Mitgliedschaft von:

_____
(Name des Mitglieds bzw. des Hauptmitglieds)

SEPA-Lastschriftmandat:
Ich / wir ermächtige/n den oben genannten Zahlungsempfänger, Zahlungen von meinem / unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise/n ich / wir mein / unser Kreditinstitut an, die vom oben genannten Zahlungsempfänger auf mein / unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich / wir kann / können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem / unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.
Zahlungsart:

Wiederkehrende Zahlung ☐ Einmalige Zahlung ☐

Name des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber/in):

_____

Bankverbindung des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber/in):

IBAN _____

BIC _____
(kann entfallen, wenn die IBAN mit DE beginnt)

_____ _____
(Ort) (Datum)

_____
(Unterschrift des / der Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber/in)

Neuwagen • Gebraucht-/Jahreswagen
Nutzfahrzeuge • Service & Reparatur

Wir sind für Sie da. Versprochen.

Autohaus
Trebeljahr

Albert-Einstein-Str. 17A, im Gewerbegebiet-Süd,
31515 Wunstorf, Telefon 05031/95670
www.trebeljahr.de

Druck- und Kopierzentrum

Inh. Alexander Thies • Speckenstraße 7 • 31515 Wunstorf
Tel. 05031 96073-0 • Fax 05031 96073-19 • info@thiesmedia.de

thies media

Druck & Kopie

CAD Plot & Kopie
Großformat & Plakate
Digital- & Offsetdruck
Farb- und sw-Kopien
Geschäftsausstattungen
Letter-Shop

Design

Private Drucksachen
Geschäftsdrucksachen
Anlasskarten
Buchdesign

Verarbeitung

Bindungen
Broschüren
Feinstpapiere
Lamination
Schneiden

Buchdruck

Buchdruck (ab 1 Stück)
Diplomarbeiten
Fotobücher

Stempel

Office-Stempel
Stiftstempel
Holz-, Metall- und Textil

Werbetechnik

Werbeschilder
Beschriftungen
Prospekthalter
Zubehör

Wir sind für Sie da

Montag, Mittwoch, Freitag	10.00 bis 14.00 Uhr / 14.30 bis 18.00 Uhr
Dienstag und Donnerstag	Zeit für Beratungen / nach Vereinbarung
Samstag	10.00 bis 14.00 Uhr

www.thiesmedia.de

Wir sind Ihr Immobilienmakler.

Im Auftrag unserer Kunden suchen wir:

- **Eigentumswohnungen**
- **Baugrundstücke**
- **Häuser**

Sie möchten Ihre Immobilie verkaufen?
Gerne vermitteln wir Sie an einen unserer Interessenten und kümmern uns um die komplette Abwicklung.

Stadtsparkasse Wunstorf

Iris El-Treini
Immobilienberaterin

Hauptstelle
Lange Str. 2
31515 Wunstorf

Telefon 05031 102-2532
Telefax 05031 102-2591
immobilien@
ssk-wunstorf.de

Stadtsparkasse Wunstorf