



Flensburger Gesundheitsverein e.V.

Sie können uns ganz einfach kontaktieren  
und kennen lernen:

im Internet...  
[www.flensburger-gesundheitsverein.de](http://www.flensburger-gesundheitsverein.de)

per Mail...  
[info@flensburger-gesundheitsverein.de](mailto:info@flensburger-gesundheitsverein.de)

im Geschäftsbüro/Vereinshaus...

Edith Conrath  
Bismarckstraße 52a  
24943 Flensburg  
Mo. & Do. 10-12 Uhr

per Telefon...  
0461-13653

Ausflüge und Veranstaltungen

## Kohlfahrt nach Dithmarschen 21.09.24

Dieses Jahr machen wir auch einen  
frühherbstlichen Ausflug. Die Fahrt geht von  
8:30 bis 19 Uhr. Anmeldung bis 05.09.24  
erforderlich.

## BINGO-Abend

27.09.2024, Einlass: 18:30 Uhr

Wir spielen wieder! Diesmal im Tastruper Krog,  
Tastruper Weg 90, 24943 Tastrup. 3 Spielkarten  
gibt es für 10€, jede weitere Karte kostet 2€.  
Anmeldung und Bezahlung bis 05.09.24  
notwendig.

## Grünkohlessen

28.11.2024, 19:00 Uhr

Unser beliebtes Grünkohlessen findet dieses  
Jahr im Tastruper Krog, Tastruper Weg 90, 24943  
Tastrup, statt. Beitrag: 27,50€. Anmeldung bis  
14.11.24.

## Wandern

letzter Samstag im Monat – 13:30 Uhr

Wir wandern jeden letzten Samstag im Monat  
in ca. 2,5 Stunden etwa 10 km und wenn mög-  
lich, kehren wir anschließend ein. Treffpunkt für  
Fahrgemeinschaften ist der Parkplatz NOSPA am  
Stadion. Anmeldung nicht erforderlich. Bitte  
Personalausweis mitführen.  
Kosten: bei Einkehr für Kaffee & Kuchen, evtl.  
anteilige Mitfahrkosten

Termine: 27.07., 31.08., 28.09., 26.10., 30.11.24



## Terminübersicht

### Juli

Do. 11.07. 19 Uhr Themenabend „Reiki“  
Sa. 27.07. 13:30 Uhr Wandern

### August

Sa. 31.08. 13:30 Wandern

### September

Sa. 07.09. 14:00 Uhr Workshop Qigong  
Do. 12.09. 19:00 Uhr Themenabend „Homöopathie“  
Do. 21.09. Ausflug Kohlfahrt nach Dithmarschen  
Fr. 27.09. 18:30 Uhr BINGO-Abend  
Sa. 28.09. 13:30 Uhr Wandern

### Oktober

Do. 10.10. 19:00 Uhr Themenabend „Frauen in der  
Naturheilkunde“ (nur für Frauen !)  
Sa. 19.10. 10:00 Uhr Workshop 1. Hilfe  
Sa. 26.10. 13:30 Uhr Wandern

### November

Do. 14.11. 19:00 Uhr Themenabend „Testament“  
Do. 28.11. 19:00 Uhr Grünkohlessen  
Sa. 30.11. 13:30 Uhr Wandern

### Dezember

da ist auch ohne uns genügend los...

### Bankverbindung:

Flensburger Gesundheitsverein e.V.



Unsere Flyer werden klimaneutral gedruckt.



Flensburger  
Gesundheitsverein e.V.

Veranstaltungen  
Juli-Dezember 2024



Bewegung  
und  
Begegnung

## Mit Qigong in den Herbst

07.09.24 – 14:00 - 17:00 Uhr

mit Dr. Christian Dewanger, Taiji-Lehrer

Wir lernen ein schönes Bewegungssystem kennen, das uns harmonisch zentriert und mit Energie versorgt. genau richtig für den kommenden Herbst.

Mindestteilnehmerzahl: 4 Personen

[Mitglieder: 25,00 €; Nichtmitglieder: 35,00 €]

Für Anmeldungen: 0461-13653 oder  
[info@flensburger-gesundheitsverein.de](mailto:info@flensburger-gesundheitsverein.de)

mit Lene Jöns

in einer Unfallsituation richtig reagieren und Menschen helfen können, braucht Übung und regelmäßige Auffrischung. Darum bieten wir wieder einen Kurs in 1. Hilfe an. Teilnehmende erhalten eine DGUV-gültige Bescheinigung für Führerscheinprüfungen/ Arbeitgeber..

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen

[Beitrag: 54,00 €]

Teilnahme an den Workshops nur mit Anmeldung in der Geschäftsstelle und nach Überweisung der Gebühr (DE10 2176 3542 0001 3358 47, VR Bank Nord). Die Teilnahme an unseren Veranstaltungen erfolgt auf eigene Verantwortung.

## Hier kann man noch mitmachen:

### Taijiquan, Langform Yang-Stil [Fortgeschrittene]

mit Nikola Penker (Taijiquan-Lehrerin)

Freitags, 17:00 bis 18:00 Uhr

10 Stunden: Mitglieder 40 €, Nichtmitglieder 70 €

### Männer - fit ins Alter! [Kurs-Nr. 12]

mit Gunter Silke

Mittwochs, 16:30 bis 17:30 Uhr

Jahresbeitrag: Mitglieder 130 €, Nichtmitglieder 245 €

Vielen Dank für die Unterstützung:

**Tee Gschwendner**

Flensburgs Adresse für köstlichen Tee!



**VR Bank  
Nord eG**

Workshops

und neue Kurse

## Reiki

11.07.24 - 19 Uhr

mit Christiane Horst (Heilpraktikerin)

Am Ende des 19. Jahrhunderts entdeckte Dr. Mikao Usui, ein christlicher Mönch aus Japan, nach jahrzehntelangem Studium alter Schriften eine Methode, wie ein Mensch die universelle Lebensenergie, die den gesamten Kosmos durchdringt, verstärkt aufnehmen kann.

## Homöopathie

12.09.24 - 19 Uhr

mit Sönke Büsen (Achtsamkeitstrainer, Kulturvermittler)

Der Vortrag »Abenteuer Homöopathie« begibt sich auf ein geistiges Abenteuer zu den primären Quellen der Homöopathie, um die Entstehung dieser zu erkunden. Auch soll geklärt werden, was heute noch unter der Bezeichnung Homöopathie verstanden werden sollte und was nicht. Wir werden dabei einiges hinterfragen, denn Homöopathie einfach mit Globuli gleichzusetzen wäre falsch.

## Frauen in der Naturheilkunde

10.10.24 - 19 Uhr [nur für Frauen!]

mit Carmen Stosberg-Krebs (Heilpraktikerin)

Ein Einblick in die Möglichkeiten der Naturheilkunde, die Gesundheit von Frauen sanft zu unterstützen. Von Pflanzenheilkunde bis zu Reflexzonen gibt es einige Behandlungsbeispiele und Ideen zur Selbstanwendung zu Hause.

## Testament

14.11.24 - 19 Uhr

mit Matthias Otter (Notar)

Der Vortrag stellt die Regelungsmöglichkeiten in formeller und inhaltlicher Hinsicht, einige denkbare Ergänzungen zur bloßen Regelung der Erbfolge und rechtliche Konsequenzen getroffener Regelungen dar und kann hilfreich sein, bereits vorhandene Regelungen kritisch zu überprüfen oder sich erneut bzw. erstmals mit dem unbequemen Thema der eigenen Endlichkeit zu befassen.

Am 2. Donnerstag im Monat um 19 Uhr im Vereinshaus findet immer unser Themenabend zu unterschiedlichsten Themen statt. Gäste sind herzlich willkommen. Wir bitten um Anmeldung. Eintritt 5,00 €