
No Stress – mit der bewussten Atmung dem Alltag begegnen

Thema NO STRESS

Termin Mittwoch, der 14. Mai 2025

Ort Zoom-Meeting
ab 19:30 Uhr

Dauer ca. 1 Stunde

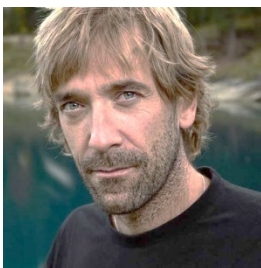
Fast jeder Mensch fühlt sich gestresst. Dauerhafter Stress ist gefährlich und kann zu Erschöpfung, körperlichen Krankheiten und zu Depressionen führen.

Um stressigen Situationen besser begegnen zu können lernen wir in diesem Kurs Übungen aus der Achtsamkeitsmeditation, der Progressiven Muskelentspannung, der bewussten Atmung und mentalen Techniken.

Nach der Anmeldung in der Geschäftsstelle erhalten die TN den Link für das Zoom-Meeting.

Leitung

Nik Linder, Atemspezialist, Apnoetaucher, Buchautor



Zielgruppe

Vorstände, Beiräte, Mitarbeiter und solche, die es werden wollen / sollen.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt per E-Mail.

Die Teilnehmer/innen erhalten eine kurze Bestätigungsmail und vor der Veranstaltung den Einwahllink per Mail übersandt.

Datenerfassung:

Wer sich anmeldet, ist mit der elektronischen Datenerfassung vom Kneipp-Bund Landesverband BW e. V. einverstanden. Die Daten werden nur intern verwendet und nicht an Dritte weitergegeben.

Haftung:

Eine Haftung für Unfälle, Sach- u. Personenschäden, Verlust von Garderobe und anderen Gegenständen auf dem Hin- u. Rückweg, sowie für die Dauer des Aufenthaltes in den Räumen des Veranstaltungsortes wird vom Kneipp-Bund Landesverband BW e. V. ausgeschlossen.

Wir laden Sie herzlich ein, sich informieren und motivieren zu lassen, um diese Themen als Aktivierung und Bereicherung für Ihren Verein zu nutzen.

Wir freuen uns auf Sie!

Kosten

Die Teilnahme am Seminar ist für Vorstände und Mitarbeiter(innen) der Kneipp-Vereine aus Baden-Württemberg kostenfrei.

Anmeldung

Kneipp-Bund Landesverband
Baden-Württemberg e. V.
Grabenstr. 28, 73614 Schorndorf
Telefon: 0160 96454304
info@kneippbund-bw.de

Kneipp

BUND

LANDESVERBAND
BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.

Veranstaltung mit Basics im Verein



Seminare/Meetings für Vorstände und Mitarbeiter/innen der Kneipp-Vereine 2025

Zoom-Meeting

Thema Clubdesk

Termin Mittwoch, der 22. Jan. 2025

Ort Zoom-Meeting
ab 19:30 Uhr

Dauer ca. 1 Stunde

Vereine interessieren sich für die Möglichkeiten der Software, sind aber noch unentschlossen und wünschen sich praxisnahe Erklärungen.

Bernhard Steinhart, der Schatzmeister des Landesverbandes, hat Tipps für den Prozess der Entscheidung und des Einrichtens der Software.

Nach der Anmeldung in der Geschäftsstelle erhalten die TN den Link für das Zoom-Meeting.

Leitung
Bernhard Steinhart, Schatzmeister des Landesverbandes



Zielgruppe

Vorstände, Beiräte, Mitarbeiter und solche, die es werden wollen / sollen.

Zoom-Meeting

Thema Design Thinking - Teil 1
Vereinsengagement neu denken

Termin Mittwoch, der 19. März 2025

Ort Zoom-Meeting
ab 19:30 Uhr

Dauer ca. 1 Stunde

Zu alt? Zu wenig Aktive? Keine jungen Nachfolgenden? Euer Angebot wird nicht angenommen? Ihr seid mit Eurer Weisheit am Ende? - Landauf, landab klagen nicht nur die Kneippvereine, geraten zunehmend in Schieflage oder denken sogar ans Aufhören. Das muss so nicht sein! Wir werden gebraucht! Denn Vereine in ihrer Vielfalt sind bunt, lebendig, Sinn stiftend, Wissen vermittelnd und obendrein das Rückgrat unserer demokratischen Gesellschaft. Deshalb: „Straucheln! Fallen! Aufstehen! Aufrichten! Weiter machen!“ Mit Design Thinking!

Design Thinking ist ein moderner Ansatz, komplexe Aufgabenstellungen aus einer zukunftsorientierten und nachhaltigen Sichtweise methodisch zu lösen und neue Ideen kreativ zu entwickeln.

Im ersten Teil des Online-Impuls wird diese Methode und ihre Vorgehensweise vorgestellt.

Zoom-Meeting

Thema Design Thinking - Teil 2
Vereinsengagement neu denken

Termin Mittwoch, der 07. Mai 2025

Ort Zoom-Meeting
ab 19:30 Uhr

Dauer ca. 1 Stunde

Im zweiten Teil werden wir im Schnelldurchgang und anhand von Teilnehmerbeispielen Probleme benennen, ihnen auf den Grund gehen und sie gehörig auf den Kopf stellen.

Nach der Anmeldung in der Geschäftsstelle erhalten die TN den Link für das Zoom-Meeting.

Leitung
Christine Hembach, Bildungsreferentin für Nachhaltige Entwicklung und Erste Vorsitzende des Kneippvereins Villingen/Königsfeld



Zielgruppe

Vorstände, Beiräte, Mitarbeiter und solche, die es werden wollen / sollen.