

AUSBLICK:

So., 24.07.2022

Elb-Zoll-Frei zum Thema „Kneipp“
- Wasser, Haltung und Bewegung

Der Museumsverein Hitzacker führt ein in die virtuellen Welten von mehreren Museen aus der Umgebung und eröffnet seine Ausstellung zum Thema „Jahrhunderthochwasser 2002“.

Sa., 27.08.2022

Der Verein Gemeinsam für Hitzacker e.V. lädt ein zu „Musik am Fluss“.

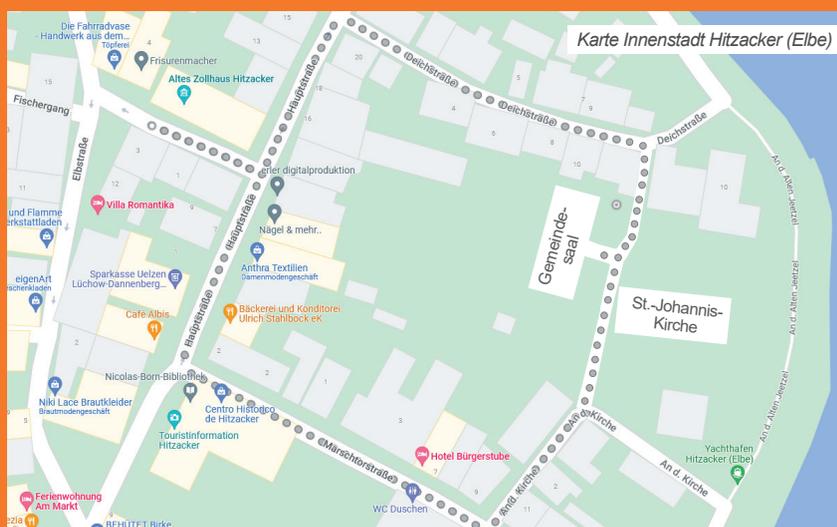
So., 04.09.2022

Die „Inselkaufleute“ öffnen ihre Türen und freuen sich auf regen Besuch.

Informationen unter:

Samtgemeinde Elbtalau

Ursula Fallapp, Tel.: 05861/808-540 oder Heike Bartels, Tel.: 05861/808-546

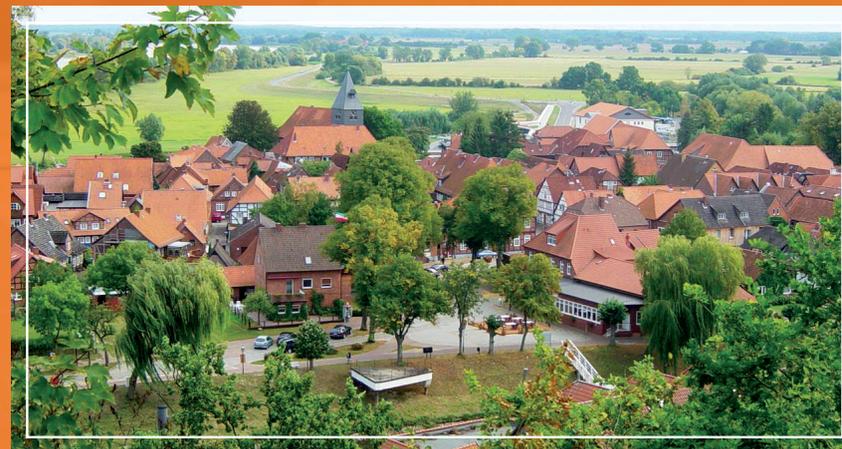


KNEIPP-KURORT HITZACKER (ELBE)

HEILPFLANZEN UND ERNÄHRUNG

am Sonntag, 26.06.2022, 11 - 18 Uhr,

in der Elb- und Zollstraße, Stadtinsel Hitzacker (Elbe)



Als anerkannter Kneipp-Kurort bietet die Stadt Hitzacker (Elbe) in diesem Jahr ein buntes Veranstaltungsprogramm auf der Stadtinsel.

Im Mittelpunkt steht die 5-Säulen-Philosophie Sebastian Kneipps - heute wegen ihres ganzheitlichen Ansatzes aktueller denn je.

Im Rahmen der Elb-Zoll-Frei Veranstaltungen präsentieren sich an drei verkaufsoffenen Sonntagen der Kneipp-Verein Hitzacker e.V. sowie zahlreiche regionale Anbieter aus der Gesundheitsbranche mit Informationsständen, Vorträgen, Aktionen, musikalischen und kulinarischen Genüssen.



KNEIPP-KURORT HITZACKER (ELBE)

HEILPFLANZEN UND ERNÄHRUNG

am Sonntag, 26.06.2022, 11 - 18 Uhr,
in der Elb- und Zollstraße, Stadtinsel Hitzacker (Elbe)

11.00 Uhr Eröffnung

Ulrike Laudel-Voigt, stellvertretende Bürgermeisterin der Stadt Hitzacker (Elbe), Elbstraße/Zollstraße
Cellospiel - Zwei junge Cellistinnen (10 u. 11 Jahre) spielen mit ihrer Musikschullehrerin Ilka Wagener-Eylerts abwechslungsreiche Stücke aus Klassik und Moderne

10.00 - 11.30 Uhr Heilpflanzen am Fluss

Ein gemütlicher Spaziergang an Elbe und Jeetzel
Johanna Herzog, Schule für MedizinpflanzenWissen,
[www. Heilkraeuterbildung.de](http://www.Heilkraeuterbildung.de)

10.30 Uhr Inselbrunch

mit dem Verein „Gemeinsam für Hitzacker“
Elbstraße/Zollstraße

11.00 - 18.00 Uhr

Die Geschäfte auf der Stadtinsel laden ein zum entspannten Einkaufsbummel

11.00 - 18.00 Uhr

Kneipp-Verein Hitzacker e.V.

Sebastian Kneipp - mehr als nur ein Wasserdoktor!
Mit dem Kneipp-Verein Hitzacker e.V. erleben Sie die kneippische Philosophie mit ihren 5 Säulen: Wasser, Kräuter, Ernährung, Bewegung und innerer Balance.

Mit-mach-Stationen für Jung und Alt: XXL-Naturmemory, Boule-Spiele, Kräuterbrote, Glücksrad, Waffeln. Heilkräuter-Expertinnen: Katrin Ostermann lädt zu botanischer Persönlichkeitsanalyse „Flora Persona“ ein und Yvonne Hollands bietet gesundheitliches Handlesen mit unserem Heilkräuter-Orakel an.

Stündlich Wassergüsse und Bewegungsworkshops im Bürgerpark.

Spaß und Entspannung bei Spielen für Groß und Klein bietet das Freilichtmuseum Archäologisches Zentrum Hitzacker
Stand des Kneipp-Vereins Hitzacker e.V., Am Markt 7

11.30 - 12.30 Uhr

Achtsamkeit für unsere geistige Nahrung

Dass wir Vitamine, Mineralstoffe, Proteine, Ballaststoffe, Fette und Kohlenhydrate für unseren Körper brauchen, ist uns meistens klar. Aber womit füttern wir unseren Geist? Wieviel und welche Nachrichten, Musik, Filme, Social Media tun uns gut und wie können wir Achtsamkeit dafür entwickeln?
Vortrag mit Pina Heidrich, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Coach, Achtsamkeitstrainerin, Dozentin und Kunsttherapeutin

12.30 - 13.00 Uhr Wildkräuter Führung

Wir erkunden die leckeren und heilkräftigen Wildkräuter am Wegesrand mit allen Sinnen.
Wiebke Krause, Dipl.-Umweltwissenschaftlerin, Wildnispädagogin und Natur Coach,
www.naturerlichsein.net

12.30 - 13.30 Uhr

Ayurveda: das Wissen vom Leben

Ein Vortrag zu ayurvedischer Ernährung und Lebensweise.
Monika Voigt, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Ayurveda-Beraterin und Mentaltrainerin
In der Praxis von Monika Voigt, Elbstr. 13

Ab 13.00 Uhr Wirbel, Wellen, stilles Wasser

Spannende Experimente erklären die Geheimnisse der Elbe im Innenhof Museum Altes Zollhaus Hitzacker



13.30 - 14.00 Uhr Im Geschehen

Poetischer Liedermacher Folk von JaniPhil, in dem es um Lebendigkeit und Freiheit, Innenwelt und Ausdruck, Beziehung und Selbstverantwortung geht.
www.janiphil.com, Elbstraße/Zollstraße

13.30 - 14.30 Uhr Telepathie bei Demenz

Demente Menschen im späten Stadium sorgen für viele Fragen und Unsicherheiten bei ihren Angehörigen. In einem Vortrag berichtet Angelika Drochner über die Möglichkeiten, mit Telepathie zu mehr Klarheit und Sicherheit zu finden.
Angelika Drochner, Telepathie und Energiearbeit,
www.tierundmensch-manou.de

14.00 - 15.30 Uhr

Kräuter- und Getreideführung

Einblicke in Anbau und Verwendung
Barbara Suchanek-Voget
Kosten: 8€ Erwachsene, 6€ Kinder (incl. Eintritt),
Anmeldung unter 05862/6794
Treffpunkt: Archäologisches Zentrum Hitzacker, Elbuferstr. 2-4, Hitzacker

14.30 - 15.30 Uhr Über die Bedeutung von Wasser für unsere Gesundheit

Welche Aufgaben erfüllt das Wasser in unseren Körpern? Und welche Folgen hat es, wenn wir nicht genug oder nicht das Richtige trinken.
Vortrag mit Renate Fischer, Dipl.-Psychologin

15.30 - 16.00 Uhr Achtsam wahrnehmende Begegnungen mit Pflanzen

- ein Zugang zum Wesen der Pflanzen und ihren heilsamen Kräften, Kurz-Workshop mit Katrin Deckert, Gärtnerin/Yogalehrerin, www.pflanzenbegegnen.de

16.00 - 16.30 Uhr Kräuterführung zu der Brennnessel - Heilpflanze des Jahres 2022

Erfahren Sie mehr über die faszinierenden Facetten dieser uralten Begleiterin des Menschen.
Inga Thielcke, Dipl.-Kunsttherapeutin und Heilpflanzenexpertin

16.30 - 18.00 Uhr Führung am Weinberg in Hitzacker (Elbe)

mit anschließender Verkostung verschiedener regionaler Weine, Hannes Lecht, Weinhof Wiecheln
Treffpunkt am Weinberg, vor den Rebstöcken

17.00 Uhr

Schülerinnen und Schüler der Grundschule Hitzacker musizieren, Elbstraße/Zollstraße

17.00 bis ca. 19.00 Uhr

Ein Besuch beim Pflanzengeist der schönen Angelika archangelika, der Engelwurz. Ein Zugang zur heilsamen Pflanzenwelt mittels sanfter Trancetechniken
Johanna Herzog, Schule für MedizinpflanzenWissen,
[www. Heilkraeuterbildung.de](http://www.Heilkraeuterbildung.de)

Ausstellung „Offenheit & Innehalten“

mit Werken von Pina Heidrich vom 29.5. bis 19.8.2022 im Gemeindesaal und in der St. Johannis-Kirche Hitzacker, An der Kirche 7

Wenn nicht anders angegeben

- finden die Vorträge im Gemeindesaal der St.-Johannis-Kirche, An der Kirche 7 in Hitzacker (Elbe) statt
- ist der Treffpunkt für Kräuterführungen und Workshops jeweils der Stand des Kneipp-Vereins Hitzacker e.V., Am Markt 7
- sind alle Veranstaltungen kostenfrei. Hutkasse geht rum!