

Jahresbericht 2024



Österreichischer Kneippbund

BUNDESSEKRETARIAT | KUNIGUNDENWEG 10 | 8700 LEOBEN |
+43 (0) 38 42 / 2 17 18 | OFFICE@KNEIPPBUND.AT | WWW.KNEIPPBUND.AT



INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	2
DER ÖSTERREICHISCHE KNEIPPBUND	3
Die wichtigsten Fakten kurz und stichwortartig im Überblick	3
Unser Organigramm	4
Das Vorstandsteam des Österreichischen Kneippbundes	4
Mitglieder des erweiterten Vorstandsteams	4
Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Bundessekretariat	5
Unser Ziel – Gesundheitsvorsorge	5
Sebastian Kneipp (1821 – 1897)	5
Das Kneipp-Gesundheitsprogramm	5
Hydrotherapie – das Kernstück des Kneipp-Gesundheitsprogramms	6
Heilkräuter	6
Ernährung	6
Bewegung	7
Lebensordnung / Lebensfreude	7
AKTIVITÄTEN UND SCHWERPUNKTE 2024	8
Fort- und Weiterbildung	9
Online-Veranstaltungsplattform	9
Kneipp-Basis-Seminare in vier Regionen	10
Online-Workshops für Kneipp-Funktionärinnen und -Funktionäre	12
Informationsmanagement	12
Neues Marketingmaterial	13
Kindergesundheit	13
PUBLIKATIONEN UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT	14
Magazine	14
Kneipp BEWEGT	14
Kneipp AKTIV	14
Informationsfolder	14
E-Book Kneipp-Rezepte	15
Onlinepräsenz – Homepage, Facebook, Pinterest	15
Pressearbeit / Medienpräsenz	16
AUSTAUSCH, VERNETZUNG UND GESUNDHEITSPOLITISCHE AGENDEN	18
AUSBLICK 2025	18
2024 KURZ UND PRÄGNANT – AUF DEN PUNKT GEBRACHT	19



VORWORT

Wenn sich das Jahr dem Ende zuneigt, wird es Zeit für uns, Bilanz zu ziehen und zurückzublicken auf all das, was wir in diesem Jahr erarbeitet und erreicht haben, aber auch auf all das, was uns bewegt und geprägt hat.

Auch Ihnen möchten wir mit diesem Jahresbericht wieder einen Einblick in unsere vielfältigen Aktivitäten gewähren – ein Anspruch auf Vollständigkeit besteht wie gewohnt nicht. Ebenso unverändert geblieben ist unsere Mission, uns für die Gesundheitsvorsorge einzusetzen und damit einen wichtigen Beitrag zur Lebensqualität und Lebensfreude der Menschen zu leisten! Dass wir dabei – auch in Zeiten, in denen frei verfügbare Zeit Mangelware ist und die die Menschen vor so viele Herausforderungen stellen – auf die Mitarbeit so vieler ehrenamtlicher Funktionärinnen und Funktionäre zählen können, erfüllt mich mit besonderem Stolz! Ihnen gilt an dieser Stelle mein herzlicher Dank, denn nur durch ihre Mithilfe ist es uns möglich, unsere Mission Jahr für Jahr erfolgreich zu erfüllen!

Digitalisierung, neue Medien, soziale Netzwerke und künstliche Intelligenz sind Themen, die auch die Kneipp-Bewegung zuletzt verstärkt beschäftigt und unsere Arbeit mitgeprägt haben. Dabei ist es uns in den letzten beiden Jahren gelungen, unsere Homepage [kneippbund.at](https://www.kneippbund.at) zur dynamischen Gesundheitsplattform auszubauen, auf der nicht nur Kneipp-Mitglieder, sondern alle Interessierten Tag für Tag neue Artikel finden, Wissenswertes entdecken und nachlesen können. Auf dieser Basis möchten wir weiter aufbauen und die österreichische Kneipplandschaft übersichtlich und attraktiv präsentieren.

Fort- und Weiterbildung sowie Vernetzung waren weitere Schwerpunkte unserer Arbeit im Jahr 2024. Gemeinsam mit den Kneipp-Landesverbänden konnten im Herbst in vier Regionen zweitägige Kneipp-Basis-Seminare abgehalten und so Kneipp-Wissen auf- und ausgebaut werden. Details dazu sowie viele weitere Einblicke in unsere Arbeit finden Sie auf den nächsten Seiten.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen!

Herzlichst
Ihr

A handwritten signature in blue ink, reading 'Georg Jillich'. The signature is fluid and cursive.

Mag. Georg Jillich,
Präsident des Österreichischen Kneippbundes

DER ÖSTERREICHISCHE KNEIPPBUND

Gesundheitsförderung und Prävention zur Stärkung von Körper, Geist und Seele haben in einer krisengeprägten Zeit, die uns alle vor unzählige Herausforderungen stellt, einen ganz besonders hohen Stellenwert. Gesundheitsressourcen wie Resilienz, positive soziale Kontakte oder gesundheitsförderliche Arbeits- und Lebensbedingungen sind demnach aktuell wichtiger denn je. Als führende gemeinnützige Gesundheitsorganisation mit rund **30.000 eingetragenen Mitgliedern, sieben Landesverbänden** und **rund 200 Kneipp-Aktiv-Clubs (KACs) in ganz Österreich** leistet der Österreichische Kneippbund diesbezüglich seit vielen Jahren wertvolle Arbeit. Auch die Vereinskultur, die eine unentbehrliche Grundsäule unserer Gesellschaft darstellt, prägen wir und unsere Kneipp-Aktiv-Clubs seit jeher entscheidend mit.

Die wichtigsten Fakten kurz und stichwortartig im Überblick

- gemeinnützige, ehrenamtliche, private, überparteiliche sowie überkonfessionelle Gesundheitsorganisation
- Interessensgemeinschaft aller Gesundheitsbewussten
- rund 30.000 eingetragene Mitglieder und viele Interessenten
- rund 200 Kneipp-Aktiv-Clubs (KACs) und 7 Landesverbände
- Herausgeber des Gesundheitsmagazins „Kneipp BEWEGT“ und des Mitgliedermagazins „Kneipp AKTIV“
- seit über 60 Jahren (1958) Sitz in Leoben
- Grundlage sämtlicher Aktivitäten ist das Kneipp-Gesundheitsprogramm mit seinen fünf Säulen
- Oktober 2020: Aufnahme des „KNEIPPENS“ ins nationale Verzeichnis des immateriellen Kulturerbes der österreichischen UNESCO-Kommission



Abbildung 1: UNESCO-Urkunde zur Anerkennung des Elements „Kneippen“ als immaterielles Kulturerbe

Unser Organigramm

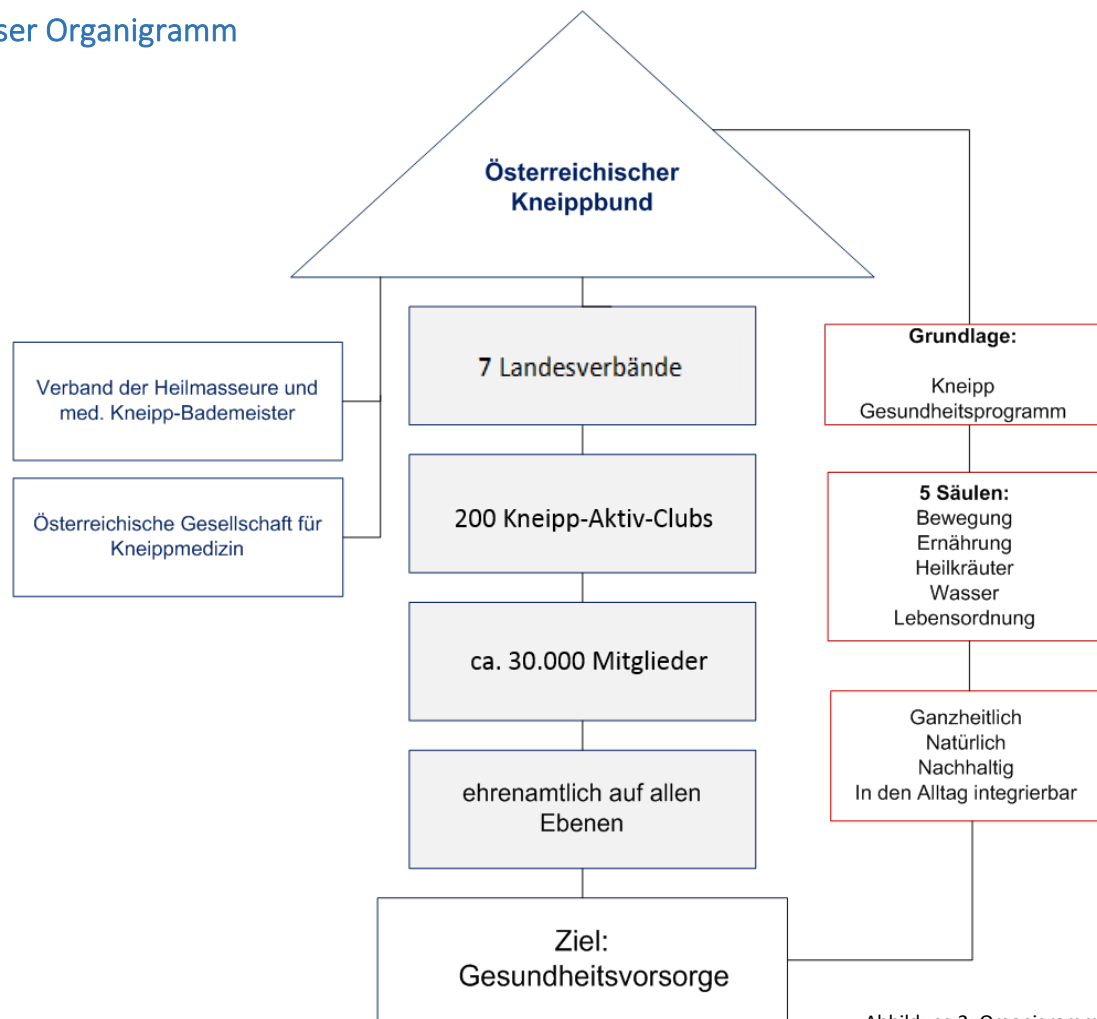


Abbildung 2: Organigramm des Österreichischen Kneippbundes

Das Vorstandsteam des Österreichischen Kneippbundes

- Mag. Georg Jillich, Präsident
- Josef Widl, Vizepräsident
- Christoph Feurle, Vizepräsident
- Dr. Claudia Nichterl, Vizepräsidentin
- Franz Eßletzbichler, Bundeskassier
- Annemarie Warl, Bundesschriftführerin

Mitglieder des erweiterten Vorstandsteams

- Ulrike Herzig, Vorsitzende des Verbands der Heilmasseure und med. Kneipp-Bademeister
- Dr. Susanna Pikhart, Chefredakteurin Magazin „Kneipp BEWEGT“
- Dr. Regina Webersberger, Präsidentin der Österr. Gesellschaft für Kneippmedizin und TEM
- Dr. Heinz Schiller, Stv. Präsident der Österr. Gesellschaft für Kneippmedizin und TEM

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Bundessekretariat

- Mag. Georg Jillich, Präsident des Österreichischen Kneippbundes, Geschäftsführer Service Kneippbund GesmbH
- Angelika Haid, Betreuung der Kneipp-Aktiv-Clubs und Mitglieder, Inseratenbetreuung
- Martina Seereiner, BA, Projekte, Zertifizierungen, Shop-Betreuung, Online-Redaktion
- Sabrina Pirstinger, Buchhaltung, KAC-Homepages, Projekte
- Manuela Ritzinger, MA, Projekte, Pressearbeit, Online-Redaktion
- Tamara Tiffner (in Karenz)

Unser Ziel – Gesundheitsvorsorge

- Wir setzen uns für die Gesundheitsvorsorge ein und leisten damit einen wesentlichen Beitrag zur Lebensqualität und Lebensfreude der Menschen.
- Wir halten uns in unserer Arbeit und in unseren Leistungen an den Grundsatz der Qualität und stärken durch unser einheitliches Auftreten das Ansehen und das Durchsetzungsvermögen des Kneippbundes.
- Wir motivieren unsere Mitglieder zu einem verstärkten Gesundheitsbewusstsein und übernehmen damit einen wichtigen Beitrag zur sozialen Verantwortung.

Sebastian Kneipp (1821 – 1897)

- Kindheit in großer Armut
- Pfarrer in Bad Wörishofen
- nach Lungenschwindsucht: Selbstversuch mit Tauchbädern in der eiskalten Donau – Heilung
- war umfassend ganzheitsmedizinisch ausgerichtet
- erkannte Bedeutung der Vorbeugung und Eigenverantwortung für die Gesundheit



Abbildung 3: Portrait Sebastian Kneipp (1821 – 1897)

Das Kneipp-Gesundheitsprogramm

- seinerzeit von Sebastian Kneipp entwickelt
- Stärkung von Gesundheit und Wohlbefinden
- bio-psycho-soziales Gesundheitskonzept
- einfach, natürlich, wirksam
- heute noch mindestens so aktuell wie damals
- vieles ist heute wissenschaftlich erforscht und medizinisch begründet

- der entscheidende Erfolg des Kneipp-Gesundheitsprogramms beruht auf dem einzigartigen Zusammenwirken aller 5 Säulen, die sich in ihrer Wirkung gegenseitig verstärken:

-  Wasser
-  Heilkräuter
-  Ernährung
-  Bewegung
-  Lebensfreude

Hydrotherapie – das Kernstück des Kneipp-Gesundheitsprogramms

Es gibt über 100 verschiedene Kneippanwendungen: kalte, warme, Wechselanwendungen, Wassertreten, Güsse, Bäder, Waschungen, Wickel und Auflagen. Sie alle haben den Sinn, Temperaturreize an die Haut zu bringen und den Körper zu einer Reaktion anzuregen – die eigenen Kräfte des Körpers werden mobilisiert und durch regelmäßiges Training gestärkt.



Abbildung 4: Wassertreten im Kneipp-Becken



Heilkräuter



Abbildung 5: Heilkräuter

Die Verwendung von Heilpflanzen ist so alt wie die Menschheitsgeschichte. Zu Kneipps Zeiten war das Wissen um deren Wirkung oft die einzige Chance, um Krankheiten bekämpfen zu können. Sebastian Kneipp erprobte und analysierte das Kräuter-Volkswissen und eigene Erfahrungen.

„Jahrelang habe ich ausschließlich mit Kräutern und weniger mit Wasser kuriert und dabei die schönsten Erfolge erzielt.“

(Sebastian Kneipp)

Ernährung

„Wenn der Vater einer Erkrankung unbekannt ist, die Mutter ist immer die Ernährung“ – Sebastian Kneipp bezog in seine Betrachtungen über die Gesundheit die Ernährung stets mit ein und wusste schon seinerzeit den Wert einer vollwertigen ausgewogenen Kost zu schätzen. Die meisten seiner Ernährungsempfehlungen sind inzwischen wissenschaftlich bestätigt und finden sich in der modernen Ernährungslehre wieder.



Abbildung 6: Gesunde Ernährung nach Kneipp

Bewegung

Wer gesund bleiben will, sollte auch Bewegung in seinen Alltag integrieren! Bewegung ist Leben und für den Erhalt einer guten Lebensqualität bis ins hohe Alter von großer Wichtigkeit. Dabei bedeutet gesunde Bewegung nicht immer gleich Sport – es gibt unzählige Möglichkeiten, körperlich aktiv zu sein. Entscheidend ist die Regelmäßigkeit.



Abbildung 7: Gesundheitsgymnastik



Abbildung 8: Lebensordnung

Lebensordnung / Lebensfreude

Lebensfreude bedeutet für jeden Menschen etwas anderes! Sebastian Kneipp erkannte sehr früh die ursächlichen Zusammenhänge zwischen seelischen Problemen und körperlichen Erkrankungen. Er hielt die Menschen dazu an, Ordnung bzw. Freude in ihr Leben zu bringen, um wieder gesund zu werden und sich wohlfühlen zu können, und richtete sein Behandlungskonzept auch danach aus.

Wir dürfen uns über eine steigende Lebenserwartung freuen – doch es geht darum, dieses Mehr an Jahren auch gesund und vital zu erleben, Wohlbefinden und Lebensfreude zu genießen – gerade dafür ist das Kneipp-Programm mit seinen fünf Säulen wunderbar geeignet. Es ist heute noch so aktuell wie damals, ja vielleicht sogar noch mehr. Vieles ist wissenschaftlich erforscht und medizinisch begründet – ob das Kreislauftraining durch die regelmäßigen Kältereize oder deren genauso vorteilhafte Wirkung auf das Immunsystem. Der Trend zu natürlichen Methoden, um bei einfachen Beschwerden Linderung zu finden, führt mehr denn je zu Kneipp, denn: **„Vorbeugen ist besser als heilen.“ (Sebastian Kneipp)**

AKTIVITÄTEN UND SCHWERPUNKTE 2024

Das Bundessekretariat in Leoben ist die Zentrale aller rund 200 Kneipp-Aktiv-Clubs in ganz Österreich. Zu den Aufgaben der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Bundessekretariat zählen u. a.

- die zentrale Mitgliederverwaltung,
- die Unterstützung der Vereine, etwa bei sämtlichen Fragen zur Vereinsarbeit, und das Zurverfügungstellen von verschiedensten Unterlagen, Materialien und Tools dazu,
- die Erstellung von Druckwerken und Informationsmaterialien sowie die Öffentlichkeitsarbeit,
- die Organisation von Veranstaltungen,
- die Agenden (Produktauswahl, Bestellannahme, Produktversand etc.) der Service Kneippbund GesmbH, einer Tochtergesellschaft des Österreichischen Kneippbundes, über die hochwertige Produkte rund um die Themen Gesundheit und Wohlbefinden bezogen werden können (<https://kneippbund.at/shop/>), und die
- Abwicklung verschiedener Projekte.

Im Fokus sämtlicher Aktivitäten des Österreichischen Kneippbundes, seiner Landesverbände und Kneipp-Aktiv-Clubs stehen die **Prävention und Gesundheitsförderung der Bevölkerung**. Durch die Vereine vor Ort wird ein niederschwelliger Zugang zu den Angeboten gewährleistet und das gesellschaftliche Miteinander gestärkt, spielen doch erfüllte soziale Kontakte v.a. hinsichtlich psychischer Gesundheit eine wichtige Rolle.

Die **Kneipp-Aktiv-Clubs**, die zahlreiche Veranstaltungen rund ums Thema Gesundheit anbieten, ehrenamtlich und gemeinnützig, an die **breite Öffentlichkeit** gerichtet, dem Wohl der Allgemeinheit und der Gesundheit zukünftiger Generationen verpflichtet, bieten eine wichtige Austauschplattform und sind **wichtige Multiplikatoren**. Menschen unterschiedlichen Geschlechts, Alters, Herkunft und Religion, die nicht zuletzt der Wunsch und die Motivation, der eigenen Gesundheit Gutes zu tun, verbindet, tauschen sich aus, haben Spaß und pflegen im Vereinsleben die Kneipptradition. Dabei wird nicht nur das Zusammengehörigkeitsgefühl gestärkt, sondern auch die Wertschätzung der Natur und unserer Kultur gefördert. Besonders viele Frauen, die durch die Mehrfachbelastung oft an ihre Grenzen stoßen, finden im Kneipp-Vereinsleben nicht nur einen Ausgleich, sondern im Kneipp-Programm auch effektive Möglichkeiten, Gesundheit und Wohlbefinden zu stärken. Neben klassischen Gesundheitsveranstaltungen (Vorträge, (Kräuter-)Wanderungen, Gymnastik- und Sportangebote, Tanzen, Kochkurse, ...) stehen Kulturfahrten, Ausflüge und Reisen, bei denen der kulturelle Austausch gefördert wird, Stadtführungen, Besuche von Ausstellungen etc. im Sinne der kneipp'schen Lebensordnung am Programm.

Im Kneipp-Programm mit seinen fünf Säulen steckt unendlich viel Potenzial, wenn es darum geht, unsere Gesundheit zu fördern und Krankheiten vorzubeugen. Bei der Verfolgung unserer Mission setzen wir auf ein holistisches Gesundheitskonzept und einen interdisziplinären Ansatz. Er verbindet moderne wissenschaftliche Methoden mit zeitlosem Wissen, um individuelle Gesundheit nachhaltig zu fördern und neue Impulse für einen bewussten Lebensstil zu setzen. Gut geschulte und kompetente Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, die dieses Wissen entsprechend weitergeben, sind hierbei unerlässlich. Aus diesem Grunde ist es uns stets auch ein Anliegen, diesbezüglich Maßnahmen zu setzen und Möglichkeiten zum Kompetenzaufbau und zur Kompetenzerweiterung zu schaffen und zu unterstützen.

Fort- und Weiterbildung

Im Jänner trafen sich Präsident Mag. Georg Jillich und die Vertreterinnen und Vertreter der Kneipp-Landesverbände zum informellen Austausch und um künftige Pläne und Strategien zur Stärkung und Weiterentwicklung der Kneipp-Bewegung zu schmieden. Vor allem das Thema Fort- und Weiterbildung stand dabei im Mittelpunkt. Insbesondere Kneipp-Basis-Fortbildungen zu den fünf Säulen wurden von allen Seiten als zentrale Maßnahme befürwortet.

Die Kräfte wurden gebündelt und im Herbst 2024 konnten schließlich vier Kneipp-Basis-Seminare zu den fünf Säulen angeboten werden. Wir danken an dieser Stelle Josef Widl, Ingeborg Pelzelmayer und Iris Nevosad (Region Wien, Niederösterreich, Burgenland), Martin Spinka und Gerti Höller (Region Oberösterreich und Salzburg), Barbara Pfeifenberger und Sylvia Jagschitz (Region Tirol und Vorarlberg) sowie Annemarie Warl und Alex Mautner (Region Kärnten und Steiermark) und deren Teams herzlich für ihr Engagement und ihren Einsatz.



Abbildung 9: v.l.n.r.: Sylvia Jagschitz (Vlbg.), Annemarie Warl (K), Mag. Georg Jillich (Präsident Österr. Kneippbund), Barbara Pfeifenberger (T), Josef Widl (W/NÖ), Iris Nevosad (Bgl.), Dr. Martin Spinka (OÖ), Gertraud Höller (S), Ingeborg Pelzelmayer (W/NÖ), Alex Mautner (Stmk.)

Online-Veranstaltungsplattform

Im Zuge der Seminarorganisation (Ankündigung, Online-Tickets) wurde eine Online-Veranstaltungsplattform als Subseite unserer Homepage geschaffen. Unter <https://veranstaltungen.kneippbund.at/> können auch künftig Veranstaltungen präsentiert und der Ticketvertrieb abgewickelt werden.



Abbildung 10: Online-Veranstaltungsplattform

Kneipp-Basis-Seminare in vier Regionen

Über 90 Kneippfreunde haben ihr Kneipp-Wissen im Zuge unserer 5-Säulen-Basis-Seminare in **St. Georgen am Längsee** (21. – 22.09.), in **Tragwein** (28. – 29.09.), in **St. Pölten** (05. – 06.10.) und in **Zams** (05. – 06.10.) aufgefrischt, vertieft und erweitert. Nicht nur theoretische Inputs, auch viele praktische Übungen und Anwendungen standen dabei am Programm (Details zu den Seminaren siehe Seminarankündigung auf Seite 11). Ganz im Sinne der Lebensordnung kamen neben der Wissensvermittlung auch Werte wie Gemeinschaft, Erfahrungsaustausch und Lebensfreude nicht zu kurz. Unser besonderer Dank gilt den Teilnehmenden für ihr Vertrauen und ihre Begeisterung, den Kneipp-Landesverbänden für die Zusammenarbeit bei der Organisation und den Referentinnen und Referenten für ihre Mühen und überzeugenden Vorträge.



Annemarie Warl (Kneipp Allgemein), Ulrike Herzig (Wasser), Michael Flechl (Heilkräuter), Bettina Pischorn (Ernährung), Philipp Moser (Bewegung) und Alex Mautner (Lebensordnung) versorgten die Seminarteilnehmer aus Kärnten und der Steiermark mit geballtem Wissen zu den 5 Säulen.



Ein zeitiger Morgenspaziergang stand beim Seminar in der Region OÖ / Salzburg unter der Leitung von Martin Spinka am Programm. Fürs frühe Aufstehen wurden die Teilnehmer mit einem beeindruckenden Sonnenaufgang belohnt.



Morgenspaziergang



Spannende Vorträge und praxisnahe Übungen unter der Leitung von Barbara Pfeifenberger (Allgemein und Bewegung), Rosi Marte (Wasser), Michaela Thöni-Kohler (Heilkräuter), Angelika Kirchmaier (Ernährung) und Hans Gasperl (Lebensordnung) standen in der Region Tirol / Vorarlberg am Programm.



Alles Wichtige rund um die 5 Kneipp-Säulen erfuhren die Teilnehmer aus NÖ, Wien und dem Burgenland von Josef Widl (Kneipp Allgemein), Ulrike Herzig (Wasser), Markus Dürnbeger (Heilkräuter), Michaela Hauptmann (Ernährung), Georg Jillich (Bewegung) und Christa Rameder (Lebensordnung).

Abbildung 11: Impressionen 5-Säulen-Seminare Herbst 2024

SAVE
THE
DATE

Kneipp

KNEIPP-BASIS-SEMINAR „5 Säulen für ein gesundes Leben“

Das Kneipp-Programm mit seinen 5 Säulen ist nicht nur ein wertvolles Kulturgut, sondern auch ein kostbarer Werkzeugkasten, aus dem jede/r im Sinne ihrer/seiner Gesundheit und ihres/seines Wohlbefindens schöpfen kann.

UMFANG: je 2 Tage (SA/SO), 16 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten
START: Samstag, 9 Uhr
SEMINARGEBÜHR: € 75,- für Kneipp-Mitglieder
€ 250,- für Gäste
inkl. Unterlagen und Seminarverpflegung

JETZT
ANMELDEN
UND
SEMINARPLATZ
SICHERN!



5.-6.10.2024
Hotel Jägerhof
6511 Zams (T)

21.-22.9.2024
Stift St. Georgen
9313 St. Georgen/Längsee (K)

28.-29.9.2024
Bildungshaus Greisinghof
4284 Tragwein (OÖ)

5.-6.10.2024
Bildungshaus
St. Hippolyt
3100 St. Pöltten (NÖ)

Anmeldefrist: 4 Wochen vor Termin
(begrenzte Teilnehmer/innenzahl!)
(Hinweis: Die Zimmer sind bei Bedarf durch die
Seminarteilnehmer/innen direkt bei der jeweiligen
Unterkunft selbst und auf eigene Kosten zu buchen. Ein
begrenzte Zimmerkontingent ist in den Seminarlocati-
ons zu den jeweiligen Stornobedingungen geblockt.)

Alle Infos und Anmeldung unter
www.kneippbund.at oder im
Kneipp-Bundessekretariat
leoben@kneippbund.at
+43 (0) 3842 2171812



KULTURGUT KNEIPP
Chancen und
Herausforderungen

GESUNDHEITSKOMPETENZ
Selbstbestimmt gesunde
Entscheidungen treffen

GANZHEITLICHE FITNESS
Alltagstaugliche Übungen
für Körper, Geist und Seele

LEBENSELIXIER WASSER
Ausgewählte Kneipp-
Anwendungen in Theorie
und Praxis

WERTVOLLE PFLANZEN
Heilkräuter erkennen,
begreifen und nutzen

GESUNDE ERNÄHRUNG
Ausgewogen, gut und
unkompliziert kochen und essen,
informiert und geübt durch
den Ernährungsdschungel

WOHLTUENDE BEWEGUNG
Den Körper verstehen und
richtig und effektiv trainieren

GEWUSST WIE
Mit Dankbarkeit und
Achtsamkeit zu innerer Balance
und Lebensfreude

UND NOCH VIELES
MEHR...!

Nutzen Sie diese Chance und erweitern Sie
Ihren Kneipp-Wissensschatz – Ihrer Gesundheit zuliebe!



www.kneippbund.at

Abbildung 12: Ankündigung 5-Säulen-Seminare
im Kneipp-Magazin 05-06/2024

Online-Workshops für Kneipp-Funktionärinnen und -Funktionäre

Tipps für schönes Texten

Getreu dem Motto „*Tu etwas Gutes und sprich darüber*“ haben unsere Kneipp-Aktiv-Clubs die Möglichkeit, uns laufend Fotos und Berichte ihrer vielfältigen Aktivitäten zu schicken, die wir online und in unserem Mitgliedermagazin „Kneipp AKTIV“ veröffentlichen. Nicht immer fällt es leicht, das Erlebte zu verschriftlichen. Damit das Schreiben der Berichte leicht(er) von der Hand geht, haben wir am 30. Jänner 2024 zum Online-Workshop eingeladen. Knapp 30 Funktionärinnen und Funktionäre sind unserer Einladung gefolgt und waren live dabei, als **Mag. Sarah Diesel**, die Redakteurin unseres Magazins „Kneipp AKTIV“, anhand vieler Beispiele anschaulich gezeigt hat, wie man es am geschicktesten angeht und worauf es wirklich ankommt.



Abbildung 13: Handout Workshop „Tipps für schönes Texten“

Achtsamkeit und Dankbarkeit

Die Säule „Lebensordnung“ stand im Fokus eines weiteren Online-Seminars für Kneipp-Funktionäre, zu dem wir am 7. Oktober eingeladen haben. Rund 90 Minuten lang setzten sich die Teilnehmenden gemeinsam mit Diätologin und Achtsamkeitsexpertin **Christa Rameder, MA** (www.momenteleben.at) intensiv mit den Themen Achtsamkeit und Dankbarkeit auseinander. Anhand vieler praktischer Übungen lernten sie, wie sie diese beiden wichtigen Eckpfeiler der kneipp’schen Lebensordnung optimal nutzen können, um insbesondere die psychische Gesundheit und die Resilienz zu fördern und den Herausforderungen des täglichen Lebens gestärkt entgegenzutreten zu können.

Informationsmanagement

Serviceleistungen für unsere Kneipp-Aktiv-Clubs sind, wie auf Seite 8 angeführt, zentraler Bestandteil unserer Aufgaben. Im Zuge dessen ist es uns ein Anliegen, unsere Kneipp-Aktiv-Clubs regelmäßig mit aktuellen und nützlichen Informationen rund um die Vereinsarbeit zu versorgen. 2024 haben wir den Informationstransfer optimiert und die sogenannten Rundschreiben durch strukturierte, übersichtliche **Funktionärsinfos per Mail** ersetzt. Ein Ampelsystem stellt sicher, dass bereits auf den ersten Blick ersichtlich wird, wie wichtig die übermittelte Information ist.

Abbildung 14: Funktionärsinfo NEU mit Ampelsystem

Kneipp Funktionärsinfo vom 10.06.2024 ●●●

Liebe Vorstände, liebe Kneipp-Funktionäre!

Wir als Dachverband sind stets bemüht, unsere Vereine bzw. unsere Funktionäre auf dem Laufenden zu halten und euch bei eurer Vereinsarbeit bestmöglich zu unterstützen. Hierzu versorgen wir euch auch regelmäßig mit Rundschreiben (künftig „Funktionärsinfo“). Wir ersuchen euch herzlich, dass ihr euch die Zeit nehmt, um diese Infos zu lesen! Wir versuchen stets, die Mails so kurz wie möglich, aber dennoch so ausführlich wie nötig zu schreiben.

Im Sinne der Übersichtlichkeit und um euch gleich auf den ersten Blick zu zeigen, wie wichtig die jeweilige Information ist, werden wir die Infos künftig einer von drei Kategorien zuordnen. Schon ganz am Beginn der Nachricht könnt ihr die in der Nachricht bedienten Kategorien ablesen (grüner, gelber und/oder roter Punkt).

WICHTIG zu wissen ...
Diese Information ist eine zentrale und essenzielle Information zur verantwortungsvollen Führung des Vereins, die jede/r Funktionär/in jedenfalls lesen, beachten und umsetzen sollte!

PRAKTISCH zu wissen ...
Diese Information ist hilfreich und kann euch eine wertvolle Unterstützung bei der Vereinsarbeit sein. Diverse Vorträge, wie etwa die Vorlage zum Ansuchen um Vereinsförderung, die wir zuletzt versendet haben, fallen unter diese Kategorie.

GUT zu wissen ...
Mit dieser Information wollen wir euch auf dem Laufenden halten und euch über Neuigkeiten, aktuelle Themen, Ankündigungen, Veranstaltungen etc. informieren.

Neues Marketingmaterial

Unser bestehendes Sortiment an Marketingmaterialien haben wir zuletzt um Schlauchschals in Blau, Luftballons und Sticker erweitert. So können wir und unsere Vereine die Marke „Kneipp“ noch attraktiver nach außen tragen und modern und ansprechend präsentieren.



Abbildung 15 und 16: Neue Marketingmaterialien

Kindergesundheit

Seit vielen Jahren sind Kinder eine wichtige Zielgruppe innerhalb der Kneipp-Bewegung, denn der Grundstein für ein aktives, gesundes Leben im Einklang mit der Natur wird schon in sehr frühen Jahren gelegt. Je früher die Kinder lernen, wie sie Körper, Geist und Seele stärken können und achtsam mit unserer Umwelt und den natürlichen Ressourcen umzugehen, desto besser.

Mittlerweile erreichen wir durch unsere über 80 zertifizierten Kneipp-Kindergärten und Kneipp-Schulen rund 15.000 Personen! Im Jahr 2024 neu dazugekommen sind der KIGA Ebenthal (K), der KIGA Umhausen (T), der KIGA Vandans (V) und die Volksschule St. Anton (T). Der KIGA Montfort in Rankweil (V) zählt nach einer Pause seit 2024 wieder zum Kreis der Kneipp-Kindergärten. Es zeigt sich eindrucksvoll, mit welcher Freude die Kinder verschiedenste Maßnahmen rund um die fünf Kneipp-Säulen umsetzen. Da werden liebevoll Kräutergärten angelegt und gepflegt, gemeinsam mit den Kindern eine gesunde Jause zubereitet oder das Immunsystem beim Wassertreten gestärkt – die Kreativität in den Bildungseinrichtungen diesbezüglich ist dabei riesig und die Kinder werden auf spielerische Art und Weise an eine gesunde Lebensweise herangeführt. **Zusätzlich erreichen wir über die Kinder auch deren Pädagoginnen und Pädagogen, Eltern, Großeltern und andere interessierte Personen, die für unsere Vision eine wichtige und wertvolle Rolle spielen.** In Zusammenarbeit mit dem Deutschen Kneippbund versorgen wir unsere zertifizierten Einrichtungen viermal jährlich mit Themen- bzw. Arbeitspaketen rund um die fünf Kneipp-Säulen. Diese werden per Mail direkt an die Kontaktpersonen im Kindergarten versandt und können auch im 2024 neu errichteten separaten Downloadbereich für Bildungseinrichtungen auf unserer Homepage heruntergeladen werden.

PUBLIKATIONEN UND ÖFFENTLICHKEITSARBEIT

Auch 2025 haben wir verschiedenste Maßnahmen gesetzt, um die Wahrnehmung von Kneipp in der Öffentlichkeit zu erhöhen und unsere Mitglieder sowie die breite Öffentlichkeit mit einer Vielfalt an wertvollen Informationen rund um Kneipp und die fünf Säulen zu versorgen. Die wichtigsten sollen in den nächsten Abschnitten kurz dargestellt werden.

Magazine

Regelmäßig erscheinen unser Gesundheitsmagazin „Kneipp BEWEGT“ sowie das Mitgliedermagazin „Kneipp AKTIV“. Beide wurden zuletzt mit einer **Auflage von 36.000 Stück** herausgegeben, direkt an unsere Mitglieder und Abonnentinnen bzw. Abonnenten versendet und zusätzlich u.a. im Zuge von Veranstaltungen (Vorträgen, Gesundheitsmessen etc.) verteilt.

Kneipp BEWEGT

Unser hochwertiges Gesundheitsmagazin „Kneipp BEWEGT“ versorgt die Leserinnen und Leser regelmäßig mit aktuellen und praktischen Tipps und ausführlichen Informationen rund um die fünf Kneipp-Säulen. Eine Vielzahl an unterschiedlichsten kneipprelevanten Themen rund um die Bereiche Gesundheit, Wohlfühlen, Natur und Umwelt, Medizin und Gesellschaft werden darin verständlich und übersichtlich aufbereitet. Unsere Artikel begnügen sich nicht mit oberflächlichen Betrachtungen, sondern gehen durchaus auch in die Tiefe der jeweiligen Themen.

Kneipp AKTIV

Das Mitgliedermagazin, in dem die Leserinnen und Leser vor allem viele Fotos und Berichte über die vielfältigen Aktivitäten in den Kneipp-Aktiv-Clubs finden, erscheint sechs Mal jährlich. Es dient u.a. dem Erfahrungsaustausch und den Kneipp-Aktiv-Clubs als Sprachrohr und Ideengeber für die Aktivitätenplanung. Noch zeitnah und in voller Länge abrufbar sind die Beiträge online auf unserer

Webseite in der Rubrik „KAC News“ (<https://kneippbund.at/category/kac-news/>) – reinschauen lohnt sich! (Tipp: Mittels Suchfunktion kann hier direkt nach einzelnen KACs gesucht/gefiltert werden.)

Informationsfolder

Unseren Kneipp-Folder mit vielen Infos zum Kneipp-Programm, den 5 Säulen, den Österreichischen Kneippbund, zum Gesundheitsmagazin etc. haben wir geringfügig überarbeitet und neu aufgelegt. Er kann in gedruckter Form im Bundessekretariat angefordert, aber auch im Downloadbereich auf unserer Homepage heruntergeladen werden (https://kneippbund.at/shared-files/13984/?Kneipp_8Seiter-2024NEU.pdf).

Abbildung 19: Kneipp-Infofolder



Abbildung 17: Magazin „Kneipp BEWEGT“ 07-08/2024



Abbildung 18: Magazin „Kneipp AKTIV“ 11-12/2024



E-Book Kneipp-Rezepte

Erstmals haben wir uns 2024 an die Erstellung eines E-Books gewagt, welches schließlich im August erschienen ist. Wir haben darin eine Auswahl der besten Kneipp-Rezepte unserer TEM-Ernährungsexpertin **Michaela Hauptmann** (www.michaelahauptmann.com) übersichtlich und kompakt zusammengefasst. Das E-Book wird sowohl als PDF-Dokument als auch als ePub-Version angeboten und wurde bis dato über 140-mal heruntergeladen (Stand: Februar 2025). Die Rückmeldungen zum E-Book sind positiv, die Herausgabe eines weiteren Kneipp-E-Books im kommenden Jahr ist daher geplant.



Abbildung 20: E-Book-Werbung auf der U4 unserer Kneipp-Aktiv-Ausgabe im September / Oktober 2024

Onlinepräsenz – Homepage, Facebook, Pinterest

In den letzten Jahren haben wir unsere Homepage kneippbund.at kontinuierlich überarbeitet und zur informativen, dynamischen Gesundheitsplattform ausgebaut. Dieses Medium erlaubt es uns, flexibel und rasch aktuelle Themen aufzugreifen bzw. über aktuelle Ereignisse und Veranstaltungen zu berichten.

Aktuelle Nachrichten aus den Kneipp-Aktiv-Clubs, Kontaktadressen und Informationen zur Kneipp-Mitgliedschaft werden ebenso abgebildet wie etwa Kneipp-Anwendungen oder Details zu unserem Gesundheitsmagazin. Beinahe täglich gibt es neue Beiträge, die viele praktische Tipps für den Alltag beinhalten.

Online-Formulare erleichtern das Anfordern von Informationen, den Abschluss einer Kneipp-Mitgliedschaft sowie die Kontaktaufnahme mit unserem Bundessekretariat und werden gut angenommen.

Über unseren Kneipp-Shop (<https://kneippbund.at/shop/>) können hochwertige Gesundheitsprodukte bestellt werden.

2024 haben wir unsere Gesundheitsplattform um eine **Rezeptdatenbank** erweitert.

In den Analysen zeigt sich eine deutliche Steigerung der Sichtbarkeit unserer Seite in den Suchmaschinen sowie der Seitenzugriffe bzw. der Besucherzahlen.

Auch im nächsten Jahr werden wir die intensive Onlinearbeit fortsetzen und unsere Onlinepräsenz weiter optimieren. Unter anderem sollen ein Newsletter etabliert und crossmediale Werbemöglichkeiten weiter forciert werden.

Auch unsere Facebook-Seite (facebook.com/kneippbund.at) wird regelmäßig mit aktuellen Beiträgen befüllt.

Neu eingerichtet haben wir 2024 einen Pinterest-Account (<https://at.pinterest.com/oesterreichischerkneippbund/>), der ebenfalls weiter ausgebaut und befüllt wird.

KNEIPP REZEPTE

Rezept Empfehlungen









 <p>Apfel-Nuss-Krapferl</p> <p>Eine natürlich süße Weihnachtsbäckerei, die das Genießherz höherschlagen lässt!</p> <p>REZEPT ANZEIGEN »</p>	 <p>Cremige Karotten-Pastinaken-Suppe mit Brotwürfeln</p> <p>Winterliche Suppenfreude bringt diese köstliche und zugleich gesunde Speise auf den Tisch.</p> <p>REZEPT ANZEIGEN »</p>	 <p>Schweinsrouladen mit Polentafülle</p> <p>Dieses schmackhafte Gericht eignet sich nicht nur hervorragend als Weihnachtsessen, sondern punktet auch mit seinem Zusatznutzen für unsere Gesundheit durch eine geschickte Kombination an Lebensmitteln (*functional eating*).</p> <p>REZEPT ANZEIGEN »</p>	 <p>Haferreis mit Gemüse und Bohnen</p> <p>Eine gesunde Hauptspeise mit schmackhaftem Gemüse – rasch gekocht und serviert!</p> <p>REZEPT ANZEIGEN »</p>
 <p>Topfen-Kirsch-Fladen</p> <p>Ein fruchtig sommerliches Rezept, das Genießherzen höher schlagen lässt.</p> <p>REZEPT ANZEIGEN »</p>	 <p>Buchweizenlaibchen mit Selleriesticks</p> <p>Knusprig, nahrhaft, gesund und eine wahre Gaumenfreude.</p> <p>REZEPT ANZEIGEN »</p>	 <p>Bärlauch-Linsenfuffer auf Stangensellerie-Apfel-Salat</p> <p>Ein fruchtig-gesundes Frühlingsrezept mit nahrhaften Linsen und Haferflocken.</p> <p>REZEPT ANZEIGEN »</p>	 <p>Erdäpfel-Kichererbsen-Laibchen mit Blattspinat</p> <p>Unsere schmackhaften Laibchen aus Erdäpfeln, Karotten und Kichererbsen harmonieren perfekt mit dem Blattspinat.</p> <p>REZEPT ANZEIGEN »</p>

Abbildung 21: Ausschnitt Rezeptdatenbank kneippbund.at

Pressearbeit / Medienpräsenz

Um eine neue Zielgruppe anzusprechen und auf die Kneipp-Bewegung in Österreich aufmerksam zu machen, konnte im Rahmen einer Medienkooperation eine Inseratschaltung in der ORF Nachlese initiiert werden.



Kneipp Bund

Natürlich gesund leben

- ~ 200 Kneipp-Aktiv-Clubs in ganz Österreich
- ~ 30.000 Kneipp-Mitglieder (Ö)
- vielseitige Gesundheitsprogramme (Sport-/Gymnastikurse, Vorträge, Workshops, Wanderungen, Ausflüge etc.)
- umfassende Gesundheitsinfos und praktische Alltagstipps (Kneipp-Zeitschrift, Mitgliedermagazin, Online-Gesundheitsplattform,...)
- und vieles mehr!

GANZHEITLICH

Ab sofort **ALLE Kneipp-Mitgliedervorteile genießen, aber erst ab 2025 zahlen*!**

Jetzt Mitglied der Kneipp-Lesergemeinde werden - Anmeldecode: HERBST24

*) € 39,-/Jahr (AT), kündbar jederzeit schriftlich unter Einhaltung einer zweimonatigen Kündigungsfrist zum Jahresende (spätestens am 31.10.)

kostenloses E-Book mit einigen unserer besten Kneipp-Rezepte
Gültige Anmeldungen bis 15.11.2024

10 Kneipp-Rezepte ZUM NACHKochen UND GENIEßEN

<https://kneippbund.at/mitgliedschaft>

www.kneippbund.at

Abbildung 22: Anzeigen-Sujet ORF Nachlese

Die allgemeine Pressearbeit zählt ebenso zu unseren Aktivitäten im Jahr 2024. Im neu eingerichteten Pressebereich auf unserer Homepage (<https://kneippbund.at/presse/>) finden Pressevertreterinnen und Pressevertreter neben Kontakt- und Rückfragehinweisen Pressebilder und sämtliche Presstexte zum Download.

Unsere Presseaussendung „Kneipp-Tipps für einen gesunden Start in den Frühling“ anlässlich des Weltwassertages am 22. März hat die Kronen Zeitung für eine **Cover Story in der „Krone Gesund“** am 13. April 2024 aufgegriffen.

Außerdem haben wir die Medienvertreterinnen und -vertreter u.a. mit Informationen und Kneipp-Tipps zur Hitzebelastung und zur Erkältungszeit sowie mit Rezepttipps für gesunde Festtagsgenüsse versorgt.

Abbildung 23: „Kneippen macht frühlingsfit“ - Krone Gesund, 13. April 2024



Seite 4

Frühlingsfit mit Kneipp

Armbad, Wassertreten und Knieguss – wie diese Wasseranwendungen funktionieren

Unser Herz ist ein Hochleistungsorgan

Entlastung durch bessere Pumpkraft

Das Herz stärken, sich jünger fühlen

Im Alter beweglich und aktiv zu bleiben ist ein wesentlicher Faktor für die Gesamtgesundheit und die Lebensfreude. Doch wenn die Herzleistung nachlässt, bleibt auch die Fitness aus. Bemerken Sie Schwächezeichen, sollten Sie die Pumpkraft des Organs auf natürliche Weise unterstützen.

In fortgeschrittenen Lebensjahren lässt die Pumpkraft des Herzens nach – meistens ein normaler Prozess. Bleibt die Energie aber aus, muss man öfter stehen bleiben und „durchschaufern“, werden Stiegensteigen oder sogar der tägliche Spaziergang zur Mühsal, sollten Sie rasch handeln.

aufwändigen Funktion behilflich sein. Der darin enthaltene Rote Fingerhut (Digitalis purpurea), eine Heilpflanze, die seit Jahrhunderten eingesetzt wird, kann das Herz bei seiner Arbeit unterstützen, stärkt den Herzmuskel und steigert auf diese Weise dessen Pumpkraft.

Dadurch kann wieder mehr Blut auf einmal transportiert werden, ohne dass sich die Herzfrequenz erhöht, und man erfährt somit eine spürbare Erleichterung.

Der Alltag wird wieder leichter bewältigbar

Das homöopathische Mittel steigert damit die körperliche Belastbarkeit, was den Alltag wieder besser bewältigbar macht. Man fühlt sich den Anforderungen des täglichen Lebens wieder gewachsen, kann mehr unternehmen und hat eine höhere Lebensqualität.

Warme Temperaturen, schönes Wetter: Sponteln an der frischen Luft ist wieder angesagt! Auf die Plätze, fertig, los! Ubiquinol ist die aktivierte Form von Coenzym Q10 und kann im Körper sofort, vollständig und ohne Verzögerung verwendet werden.

Das macht unser Ubiquinol 60 zum perfekten Begleiter beim Sport und im Alltag! Kombiniert mit Vitamin C unterstützt es deinen Energiehaushalt und trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Ubiquinol 60 ist in der 1-Monats (30 Kapseln) und 2-Monats Packung (60 Kapseln) verfügbar – und das Beste: Im April sparst du 20% auf NICApur® Ubiquinol 60 in deiner Apotheke und online!

ANZEIGE

NICApur® Ubiquinol 60 – Dein Energie-Kick!

Ubiquinol 60

Seite 5

GESUND

Arme in kühles Wasser einzutauchen macht munter und erfrischt.

Harnwegsinfekten, Blasen- und Nierenkrankheiten sowie Unterleibsinfektionen der Frau.

So funktioniert der Knieguss

Man beginnt mit dem Guss an der rechten kleinen Zehe, geht langsam an der Außenseite des Beines hinauf bis zur Kniekehle, führt den Strahl dreimal über der Kniekehle hin und her und geht an der Innenseite des Beines hinab. Dasselbe am linken Bein durchführen, nur wechselt man bereits nach der linken Kniekehle zurück, führt den Strahl erneut dreimal hin und her und geht erst an der Innenseite des linken Beines mit dem Wasser wieder abwärts.

Mag. Monika Kotasek-Rissel

peraturreize an die Haut zu bringen und den Organismus zu einer Reaktion anzuregen. So werden mit natürlichen Reizen die körpereigenen Kräfte mobilisiert und durch regelmäßiges Training gestärkt“, berichtet der überzeugte Kneipper. Wer auf Nummer sicher gehen will, holt sich vor der Anwendung die Erlaubnis seines Arztes.

„Kneipp'scher Espresso“ gegen Frühjahrsmüdigkeit

Gerade jetzt im Frühjahr machen vielen Menschen Müdigkeit und Antriebslosigkeit zu schaffen. Da kann sich etwa ein Armbad lohnen: Dazu erst den rechten, dann den linken Arm so weit wie möglich in kaltes Wasser tauchen und dort leicht für ca. 10 Sekunden bewegen. Dabei laut mitzählen, damit man nicht auf das Ausatmen vergisst. Danach das Wasser abströfen und durch Bewegung aufwärmen. Nicht geeignet ist das Armbad bei Herzkrankheiten, erhöhtem Blutdruck und chronischen, entzündlichen oder degenerativen rheumatischen Veränderungen. Kalтанwendungen dürfen nur auf warmen Körperregionen erfolgen und lediglich wenige Sekunden dauern. Der Kältereiz soll nicht wehtun!

Wassertreten für das Immunsystem

Wassertreten fördert die Durchblutung, regt den Kreislauf an, kräftigt die Venen und erfrischt. So funktioniert es: Im kalten Knapp knietiefen Wasser (z. B. in einem See oder Bach) mit warmen Beinen und Füßen etwa 20 bis 40 Schritte im Storchengang machen – bei jedem Schritt wird das Bein zur Gänze aus dem Wasser gezogen und dann wieder hineingestellt. Danach das Wasser abstreifen und die Beine im Trockenen warmlaufen. Nicht geeignet ist das Wassertreten bei Durchblutungsstörungen der Beine, frischen Thrombosen, akuten fieberhaften Erkrankungen, Neigung zu

ANZEIGE

Unbeschwert die Blase entleert

Therapeutisch in der Apotheke

gilt für Alpinamed® Prosta Plus Kapseln sowie das gesamte Alpinamed®-Sortiment. Einlösbar in allen teilnehmenden Apotheken. Gültig solange der Vorrat reicht. Einzelkosten nicht möglich. Rückfragen Apotheke: +43 5354 5300-2300. Gebro Pharma GmbH, Österreich www.alpinamed.at

Jedes Produkt GRATIS

AUSTAUSCH, VERNETZUNG UND GESUNDHEITSPOLITISCHE AGENDEN

Erfahrungsaustausch, überregionale und (inter-)nationale Zusammenarbeit und Vernetzung mit anderen Playern im Gesundheitsbereich, aber auch in Politik und Wirtschaft sind wichtige Erfolgsfaktoren unserer Arbeit. So sind wir unter anderem gut vernetzt im internationalen Verband der Kneipp-Bewegung „**Kneipp Worldwide**“ und mit den Kneipp-Kolleginnen und -Kollegen aus unseren Nachbarländern. Der Austausch mit politischen Vertreterinnen und Vertretern auf Landes- und Bundesebene, um den wir stets bemüht sind, soll sicherstellen, dass Synergien genutzt und sämtliche wichtige Aspekte im Sinne der optimalen Erreichung gemeinsamer Ziele bei der Umsetzung unserer Agenden und Schwerpunktthemen berücksichtigt werden können.

Gemeinsam mit seinen Präsidialratskollegen von Kneipp Worldwide besuchte unser Kneippbund-Präsident Georg Jillich im Rahmen der Jahressitzung und virtuellen Mitgliederversammlung von 5. bis 7. April Algund in Südtirol. Die Region wird von 10. bis 13. April 2025 Austragungsort der nächsten Kneippiade sein. Bürgermeister Ulrich Gamper hieß den Präsidialrat gemeinsam mit Vizebürgermeisterin Alexandra Ganner Laimer herzlich willkommen.



Abbildung 24: Der Präsidialrat von Kneipp Worldwide tagte in Algund und wurde vom Bürgermeister und dem Tourismusverein herzlich empfangen.

AUSBLICK 2025

Auch im nächsten Jahr haben wir viel vor! Vor allem die weitere Stärkung unserer Positionierung und unserer gesellschaftlichen Bedeutung als gesundheitlicher Präventionspartner sowie eine dementsprechende Wahrnehmung in der Öffentlichkeit stehen an oberster Stelle. Dabei setzen wir auf eine neue, einheitliche Kommunikationslinie im Sinne einer 360° interdisziplinären Humanprävention. Gemeinsam mit der Agentur Corporate Identity Prihoda GmbH, die uns bei diesem Prozess begleitet, konzentrieren wir uns auf die Entwicklung eines neuen, frischen Markenimages, die Umstrukturierung der Marketingstrategie und eine zielführende Ansprache diverser Zielgruppen. Eine weitere Optimierung unserer Online-Aktivitäten, intensive Presse- und Medienarbeit, Datenmanagement, gezielte Kooperationen und der Auf- und Ausbau von Partnerschaften mit Gesundheitszentren und Tourismusregionen und -betrieben sowie Seminare für unsere Kneipp-Funktionäre werden wichtige Bausteine am Weg in eine erfolgreiche Zukunft der österreichischen Kneipp-Bewegung sein!

2024 KURZ UND PRÄGNANT – AUF DEN PUNKT GEBRACHT



Ein ereignisreiches Jahr 2024 liegt hinter uns! Auch übers allgemeine Tagesgeschäft hinausgehend haben wir viel erreicht und bewegt:

- **Fort- und Weiterbildung:**
 - Einrichtung einer Online-Veranstaltungsplattform (Termine, Ticketvertrieb)
 - Kneipp-Basis-Seminare in vier Regionen (insgesamt > 90 Teilnehmende in St. Georgen am Längsee (K), Tragwein (OÖ), St. Pölten (NÖ) und Zams (T))
 - Online-Workshops für Kneipp-Funktionärinnen und -Funktionäre (Themen: Tipps für schönes Texten, Achtsamkeit und Dankbarkeit)
- **Informationsmanagement**
 - Optimierung Informationstransfer: strukturierte Funktionärsinfos per Mail (inkl. Ampelsystem)
- **Neues Marketingmaterial**
 - Sortimentserweiterung (+ Luftballons, + Schlauchschals in Blau, + Aufkleber)
- **Kindergesundheit**
 - KIGA-Arbeitsmaterialien (4x jährlich)
 - Kneipp-Neuzertifizierungen (KIGA Ebenthal (K), KIGA Umhausen (T), KIGA Vandans (V), Volksschule St. Anton (T), KIGA Montfort (V))

▪ Publikationen und Öffentlichkeitsarbeit

- Magazine (jeweils Auflage von 36.000 Stück, die direkt an unsere Mitglieder und Abonnenten versendet und zusätzlich u.a. im Zuge von Veranstaltungen verteilt werden)
 - Kneipp BEWEGT (hochwertiges Gesundheitsmagazin, erscheint 6x jährlich)
 - Kneipp AKTIV (Mitgliedermagazin mit Fotos und Berichten von den Aktivitäten der KACs, erscheint 6x jährlich)
- Kneipp-Info-Folder
- E-Book Kneipp-Rezepte
- Onlinepräsenz – Homepage, Facebook, Pinterest (Etablierung Gesundheitsplattform, Erweiterung um Rezeptdatenbank, zeitnah abrufbare Berichte über die vielfältigen Aktivitäten in unseren Kneipp-Aktiv-Clubs, regelmäßige Social-Media-Aktivitäten)
- Pressearbeit / Medienpräsenz (Medienkooperation ORF Nachlese, Coverstory Krone GESUND: Kneippen macht frühlingssfit, Errichtung Online-Pressbereich)

▪ Austausch, Vernetzung, gesundheitspolitische Agenden

- Kneipp Worldwide
- Kneipp-Verbände unserer Nachbarländer
- Austausch mit politischen Vertretern auf Landes- und Bundesebene

▪ Ausblick 2025

- Stärkung unserer Positionierung und unserer gesellschaftlichen Bedeutung als gesundheitlicher Präventionspartner
- neue, einheitliche Kommunikationslinie (360° interdisziplinären Humanprävention)
- Entwicklung eines neuen, frischen Markenimages, Umstrukturierung der Marketingstrategie, zielführende Ansprache diverser Zielgruppen
- Optimierung unserer Online-Aktivitäten, intensive Presse- und Medienarbeit, Datenmanagement, gezielte Kooperationen und der Auf- und Ausbau von Partnerschaften mit Gesundheitszentren und Tourismusregionen und -betrieben sowie Seminare für unsere Kneipp-Funktionäre

*„Tut früh genug etwas für
Eure Gesundheit,
damit größere Übel sich
nicht so leicht einstellen.“*

Sebastian Kneipp
1821 – 1897



Österreichischer Kneippbund

BUNDESSEKRETARIAT | KUNIGUNDENWEG 10 | 8700 LEOBEN |

+43 (0) 38 42 / 2 17 18 | OFFICE@KNEIPPBUND.AT | WWW.KNEIPPBUND.AT

