

Baumaktion bringt 300 Euro

Gelldorf. Die Jugendfeuerwehr hat sich mit ihren Betreuern am Wochenende auf die Reise durch das Dorf begeben, um die ausgedienten Weihnachtsbäume einzusammeln. Mehr als sechs Stunden lang waren die Jugendlichen unterwegs, und haben an jeder Haustür geklingelt. „Die meisten Bäume stehen schon vorm Haus oder liegen im Garten. Es kommt aber auch vor, dass wir später nochmal wieder kommen müssen, weil der Baum erst noch abgeschmückt werden muss“, erzählt Justus Möller, stellvertretender Jugendwart. Die Stimmung auf dem Wagen war gut. Dafür sorgten zum einen der strahlende Sonnenschein, und zum anderen die Spenden, mit denen sich viele Bürger für das Engagement der Truppe bedankt haben. Insgesamt sind fast 300 Euro zusammengekommen, bei etwa 90 eingesammelten Bäumen. „Leider waren heute viele Bürger nicht daheim, aber wir sind trotzdem mit dem Ergebnis zufrieden“, resümiert Möller den Tag. Mit dem Geld sollen Aktivitäten der Gelldorfer Jugendfeuerwehr finanziert werden: Bowlen, Schwimmen, oder mal ein Eis essen. sig

Qi Gong und Tai-Chi im Kneipp-Verein

Kurse bauen aufeinander auf

Obernkirchen. Der Kneipp-Verein bietet Kurse zu Qi Gong und Tai-Chi Quan an. Beim Qi Gong wird durch einen Entspannungsteil zu Beginn Abstand zum Täglichen gewonnen. So können durch die 18 Bilder im Qi Gong Beweglichkeit verbessert und die innere Mitte gefunden werden, eine wohltuende Wirkung auf die Wirbelsäule wird erreicht und die Lebensenergie Qi im Körper erfahren. Die einzelnen Kurse bauen aufeinander auf. Tai-Chi hat viele gesundheitliche Wirkungen und eine umfassende Auswirkung auf das körper-geist-seelische Gleichgewicht des Menschen. Der Geist wird ruhig, entspannt und leer. Er gewinnt an innerer Stille und Klarheit. Das Denken kann leichter eingestellt werden. Die eigene Lebensphilosophie verändert sich in Richtung Gelassenheit. Man ist im ‚Hier und Jetzt‘, man geht achtsamer mit dem Leben und den Mitmenschen um und entwickelt mehr Lebensmut und Lebendigkeit. Unter der Leitung von Gerda Voigt finden die Kurse im Gymnastikraum des Sonnenbrinkbades statt. Qi Gong, Kurs I, (immer montags) beginnt am 19. Januar und ist von 8.50 bis 9.50 Uhr, der Tai-Chi Quan Kurs (Kurs II, montags) beginnt ebenfalls am 19. Januar und ist von 10 bis 11 Uhr. Ein Einsteigerkurs (Kurs III, mittwochs) beginnt am 21. Januar und ist von 8.50 bis 9.50 Uhr. Ein weiterer Qi Gong-Kurs (Kurs IV, mittwochs) beginnt am 21. Januar und ist von 10 bis 11 Uhr. Nähere Auskünfte zu diesen Kursen bei Gerda Voigt, Telefon (0 57 24) 95 87 47. r