

## Gemünden: Wochenendseminar „Meditatives Qigong im Gehen“

Am Samstag und Sonntag, 30. April / 1. Mai, jeweils 9 bis 16.30 Uhr, können Sie eine besondere Art von Qigong kennenlernen und so weit einüben, dass Sie selbstständig zu Hause damit üben können. In einer langsamen, ruhigen und natürlichen Gehbewegung kann man sein Qi regulieren und den Geist beruhigen, was gesundheitlich von Nutzen und geistig und emotional eine Wohltat ist. Die Übung stärkt aus der Sicht der chinesischen Medizin die Nierenenergie und

Vitalität, das Immunsystem und die Fähigkeit zu Heilung und Regeneration. Bei geeignetem Wetter wird auch im Freien geübt. Lockerungsübungen, Atemübungen und stilles, meditatives Sitzen ergänzen das Gehen, und alles zusammen ergibt eine vollständige, bei regelmäßiger Anwendung sehr wirksame Übung. Informationen: Tel. 0151 151 18757, Mail [koebler@daoyin.website](mailto:koebler@daoyin.website), Homepage [www.daoyin.website](http://www.daoyin.website), Leitung: Dr. Wolfgang Kernbauer und Karoline Köhler.

### Tagespflege „Heilig Kreuz“:

In der Tagespflege der Kreuzschwestern in Gemünden sind aktuell noch Plätze frei. Interessierte können gerne bei einem kostenlosen Schnuppertag die Einrichtung kennenlernen. Informationen zum Angebot und zu den Kosten auf [www.kreuzschwestern.de](http://www.kreuzschwestern.de) unter [Tagespflege](#). Kontakt: Telefon 09351/805-240 oder E-Mail: [tagespflege@kreuzschwestern.de](mailto:tagespflege@kreuzschwestern.de)

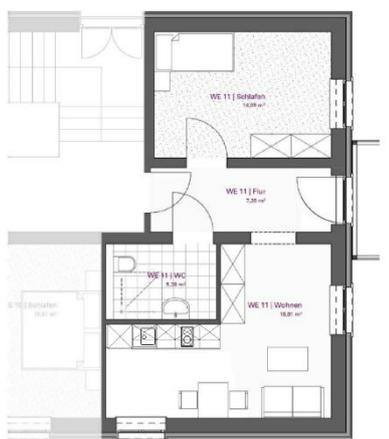


## Gemünden: Spendenlauf für die Ukraine an der Florentini-Schule

Von Gemünden am Main bis nach Kiew sind es 1615 km – fast auf den Kilometer genau die Strecke, die Schüler\*innen und Lehrer\*innen bei ihrem [Spendenlauf](#) für Kinder und Jugendliche aus und in der Ukraine vom 30.03.-01.04. gemeinsam zurücklegten. Im Rahmen des Spendenlaufes suchten sich Schüler\*innen im Vorfeld Sponsoren, die für jede ge-

laufene Runde einen bestimmten Betrag spenden: Alle waren überwältigt von den Strecken, die auf dem Sportplatz der [Florentini-Schule](#) im Rahmen des Sportunterrichts freiwillig gelaufen wurden – über 50 Runden (= 5 km) waren keine Seltenheit, einzelne übertrafen 20 km. Das Lehrerkollegium steuerte 678 km zu den gesamt 1.619,7 km bei.

[Hier](#) finden Sie das aktuelle „Magazin der Kreuzschwestern Europa Mitte“ (Ausgabe 2/2021):



[Zum Vergrößern  
Grundriss anklicken.](#)

## Gemünden: 2-Zimmer-Wohnung im Seniorenwohnen zu vermieten

Seit Herbst 2016 wohnen Ehepaare und Einzelpersonen zur Miete in Wohnungen im Südflügel des Klosters in Gemünden. Sie sind Teil der Seniorenwohngemeinschaft, die unter dem Motto „Besser leben im Alter: gemeinsam statt einsam“ ihren Lebensabend im Kloster verbringen will. Jetzt ist eine der 11 Wohnungen, eine [2-Zimmer-Wohnung](#) mit 46 qm, Balkon und Abstellraum frei. Eine Besichtigung der Wohnung und der Gemeinschaftsräume im Seniorenwohnen ist ebenso möglich wie ein Kennenlernen der anderen Mieter/innen. Neben dem Begegnungs- und dem Mehrzweckraum

haben sich die Mieter/innen auch einen Fitnessraum eingerichtet. Eine Terrasse steht in der barrierefreien Anlage für die Seniorenwohngemeinschaft ebenfalls zur Verfügung. Gerne laden wir Sie auch zu einem Mittagessen im Kloster ein. Interessent/innen für die Wohnung können sich gerne im Kloster melden, einfach per Mail [seniorenwohnen@kreuzschwestern.de](mailto:seniorenwohnen@kreuzschwestern.de) oder Telefon 0 93 51/805-0 einen Termin vereinbaren. Alle Informationen zum Seniorenwohnen im Kreuzkloster finden Sie im Internet [www.kreuzschwestern.de](http://www.kreuzschwestern.de) unter dem Menüpunkt „[Seniorenwohnen](#)“.