

#BADEN-WÜRTTEMBERG 16. September 2015

Seminar "Fit in den 3. Lebensabschnitt" der Region Südwest

Vom 29. August bis 05. September 2015 fand im BSW-Hotel "Haus Isarwinkel" in Bad Tölz wieder ein Seminar statt. Ein umfangreiches Programm erwartete die 33 Teilnehmer. Begrüßt wurden sie am Samstag bei einem Glas Sekt, Kaffee und Kuchen durch die Hoteldirektorin, Frau Barbara Kurz und den Seminarleiter Claus-Dieter Haas. Bei der anschließenden Vorstellungsrunde konnten sich die Teilnehmer kennen lernen. Am Sonntagvormittag traf man sich zu einem geführten Stadtrundgang. Hier wandelte man auch auf den Spuren des "Bullen von Tölz".



Vom 29. August bis 05. September 2015 fand im BSW-Hotel "Haus Isarwinkel" in Bad Tölz wieder ein Seminar statt. Ein umfangreiches Programm erwartete die 33 Teilnehmer.

Begrüßt wurden sie am Samstag bei einem Glas Sekt, Kaffee und Kuchen durch die Hoteldirektorin, Frau Barbara Kurz und den Seminarleiter Claus-Dieter Haas. Bei der anschließenden Vorstellungsrunde konnten sich die Teilnehmer kennen lernen. Am Sonntagvormittag traf man sich zu einem geführten Stadtrundgang. Hier wandelte man auch auf den Spuren des "Bullen von Tölz".

Bei herrlichem Sonnenschein fuhren wir am Nachmittag mit der Blombergbahn auf den Hausberg von Bad Tölz, um von dort oben den herrlichen Ausblick zu genießen. Manche ließen es sich nicht nehmen die 600 Höhenmeter zur Talstation zurück zu wandern. Am Montagvormittag informierte der Seminarleiter über die Leistungen der EVG, des BSW, der betrieblichen Sozialeinrichtungen sowie über den Fonds für soziale Sicherung. Nachmittags stand ein Ausflug mit dem Bus auf dem Programm. Wir fuhren nach Tirol in den großen Ahornboden im Tiroler Karwendelgebirge und besuchten die Eng-Alm. Eine grandiose Gebirgslandschaft konnten wir bewundern.

Der Dienstagvormittag stand im Zeichen der sicheren Zukunft. Es referierte Herr Rechtsanwalt Martin Soukop über das Erbrecht, die Betreuungsvollmacht und Patientenverfügung. Der Nachmittag stand zur freien Verfügung. Er wurde dazu genutzt, die Gegend um Bad Tölz zu erkunden. U.a. stand eine Wanderung entlang der Isar, mit Einkehrschwung beim "Schusterpeter" auf dem Programm.

Am Mittwochvormittag informierte Kollege Claus-Dieter Haas über aktuelle Themen, wie z.B. KVB - Beamtenversorgung - Rentenrecht - BahnBKK - Fahrvergünstigungen. Am Nachmittag stand wieder eine Ausflugsfahrt an. Sie führte uns durch das schöne Oberbayern zur Wieskirche, nach Oberammergau und zum Kloster Ettal.

Am Donnerstagvormittag hielt Herr Rudolf Rochlus von der KBS-Chiemgauklinik in Marquardstein einen Vortrag über "Ernährungsberatung". Ein Vortrag, der den Teilnehmern vor Augen führte, wie wichtig gesunde Ernährung und viel Bewegung besonders auch im 3. Lebensabschnitt ist. Am Nachmittag wurden wir mit 3 Pferdekutschen am Hotel Isarwinkel abgeholt und fuhren in den kleinen Ort Wackersberg. Im Anschluss an diese Kutschfahrt gab es noch Kaffee und selbstgebackenen Kuchen beim urigen "Altwirt".

Am letzten Tag des Seminars stand am Vormittag "Stressbewältigung" auf dem Programm. Dieser Vortrag über positiven und negativen Stress und deren Auswirkung wurde den Teilnehmern von Frau Gabriele Bäumler nahe gebracht. Anschließend fand das Abschlussgespräch mit den Teilnehmern statt. Einhellige Meinung: Super! Der Nachmittag stand zur freien Verfügung und man konnte nochmals die schöne Innenstadt von Bad Tölz und den Kavalienberg mit seiner imposanten Kirche besuchen. Den Abend ließen wir an der Hotelbar ausklingen.

Ein Dankeschön nochmals an das gesamte Team des Ferienhotels Isarwinkel für die hervorragende Bewirtung und Betreuung.