

Ich melde mich für folgende Veranstaltung verbindlich an:

Kurs Nr. vom bis

Kurzbezeichnung der Veranstaltung

Vor- und Zuname

Straße/Hausnummer PLZ/Ort

Telefon E-Mail

Geburtsdatum

Ich wünsche eine Übernachtung im Einzelzimmer mit WC/Dusche (Aufpreis 5,50 Euro/Nacht)

- Ich benötige keine Übernachtung
- Ich beantrage eine Ermäßigung der Kursgebühr (Nachweis liegt bei)

Mit meiner Unterschrift erkenne ich die Geschäftsbedingungen an.

Datum Unterschrift

Dem Leben
Richtung geben

NA

Bildungshaus
Landvolkshochschule
Niederaltreich

Hengersberger Straße 10
D - 94557 Niederaltreich
Telefax 09901 935219

Einzugsermächtigung

Für die nebenstehende Veranstaltung erteile ich hiermit eine einmalige Einzugsermächtigung von meinem

IBAN

BIC

Geldinstitut

Ort

Kontoinhaber/-in

Datum/Unterschrift

Anmeldung

ANMELDE- UND GESCHÄFTSBEDINGUNGEN

Die Anmeldung erfolgt schriftlich, telefonisch oder per Internet. Die Kursgebühr wird nach Beginn der Veranstaltung von Ihrem Konto abgebucht, darum bei der Anmeldung bitte stets die Bankverbindung angeben. Sie erhalten ca. 2 Wochen vor Kursbeginn eine schriftliche Anmeldebestätigung. Eine Absage ist bis 4 Wochen vorher kostenfrei möglich. Danach berechnen wir laut unseren Geschäftsbedingungen 12 Euro, ab 2 Wochen 25%. Bei Absage am Vortag/Tag des Seminars 100%.

Preis: Die im Programm aufgeführten Preise beinhalten Kursgebühr, Übernachtung und Vollpension. Die Unterbringung erfolgt im Doppelzimmer mit Dusche/WC (Einzelzimmerzuschlag: 5,50 Euro pro Person/Nacht). Vegane Kost, Unverträglichkeiten usw. nach Absprache (Aufpreis: 20%). Nähere Einzelheiten entnehmen Sie bitte unserer Homepage.



Sie erreichen uns mit dem Auto über die Autobahn A3, Ausfahrt Hengersberg (Nr. 111).

Sie erreichen uns mit dem Zug über den Bahnknotenpunkt Plattling (mit ICE-/IC-Anschluss) oder Deggendorf.

RUF BUS Deggendorf HBF – Niederaltreich:

Der Bus fährt nur Haltestellen an, für die eine Anmeldung vorliegt. Telefonische Anmeldung unter Telefon 0991 28093095 ist jeden Tag von 6:30 Uhr bis 21 Uhr möglich. Bitte frühzeitig anrufen (mindestens eine Stunde vorher). Die Fahrt kann auch online über www.wohin-du-willst.de angemeldet werden.

Katholische Landvolkshochschule und Bildungshaus Niederaltreich e.V.

Hengersberger Straße 10, D-94557 Niederaltreich
Telefon 0049 (0)9901 9352-0
Telefax 0049 (0)9901 9352-19
anmeldung@lvhs-niederaltreich.de



www.lvhs-niederaltreich.de

Dem Leben
Richtung geben



Bildungshaus
Landvolkshochschule
Niederaltreich

Das „knackige Alter“ - keine Angst vorm Älterwerden

Zeit für Hirn und Herz ab 65 Jahren



30. Sept. bis 4. Okt. 2024

Liebe Damen und Herren!

Fühlen Sie sich auch „knackig“? Es knackt hier... und knackt da...

Die Frage des Älterwerdens ist jedoch keine Frage des Alters.

Was passiert im Körper beim Älterwerden? Kann „trotz“ Alter das Leben in Gesellschaft gelingen?

Wie gehe ich mit meinem Älterwerden um? Was gehört zum Älterwerden dazu?

Ist man wirklich nur so alt, wie man sich fühlt?

Was ist ein „biblisches Alter“?

In dieser Woche gehen wir gemeinsam mit viel Humor, Neugierde und praktischen Tipps für den Alltag dem Älterwerden auf die Spur, sodass Sie sagen können „Jetzt erst recht! Keine Angst vor dem Älterwerden!“

Gutes für Leib und Seele kommen dabei nicht zu kurz.

Herzlich Willkommen zur Zeit für Hirn und Herz ab 65 Jahren!

Stephanie Sellmayr
Bildungsreferentin LVHS

Montag, 30. September 2024

14:30 Uhr	Ankommen, Kaffee und Kuchen
15:15 Uhr	„Das liebe Alter – komm du in mein Alter“
	Begrüßung, Kennen lernen Einstieg zum Thema <i>Stephanie Sellmayr,</i> <i>Bildungsreferentin LVHS</i>
18:00 Uhr	Abendessen
19:00 Uhr	Abendimpuls

Dienstag, 1. Oktober 2024

9:00 Uhr	Start in den Tag
9:15 Uhr	„Was tun bei Alterseinsamkeit?“ <i>Susanne Kiefel und</i> <i>Harald Schlapps,</i> <i>Malteser Passau</i>
12:00 Uhr	Mittagessen und Entspannung
14:30 Uhr	Kaffee und Kuchen
15:15 Uhr	Tritt sicher! – Sturzprophylaxe <i>Birgit Artmann,</i> <i>Bewegungswissenschaftlerin</i>
18:00 Uhr	Abendessen
19:00 Uhr	Möglichkeit des Gottesdienstes in der Basilika

Mittwoch, 2. Oktober 2024

09:00 Uhr	Start in den Tag
09:15 Uhr	„Die Weisheit des Alters in der Bibel“ <i>Abt Marianus Bieber OSB,</i> <i>Hausseelsorger</i>
12:00 Uhr	Mittagessen
13:15 Uhr	Ausflug ins Blaue (Bitte Trinkflasche und kl. Rucksack mitnehmen)
18:00 Uhr	Abendessen
19:00 Uhr	Abendimpuls

Donnerstag, 3. Oktober 2024

9:00 Uhr	Start in den Tag
9:15 Uhr	„Hast Du heute schon gelacht? – Humor im Alter“ <i>Theresia Hofbauer, Leiterin des</i> <i>Referats Seniorensorge im</i> <i>Bistum Passau</i>
12:00 Uhr	Mittagessen und Entspannung
14:30 Uhr	Kaffee und Kuchen
15:15 Uhr	Fakultatives Angebot
18:00 Uhr	Abendessen
19:30 Uhr	Bunter Abend Gerne dürfen Kurzgeschichten, Witze, Beiträge mitgebracht werden

Freitag, 4. Oktober 2024

09:00 Uhr	Start in den Tag
09:30 Uhr	Abschlussgottesdienst <i>mit Abt Marianus Bieber OSB</i>
10:30 Uhr	Auswertung der Woche
12:00 Uhr	Mittagessen, Abschied



Leitung
Stephanie Sellmayr,
Bildungsreferentin LVHS

Kosten: 329 Euro plus 5 Euro für den Ausflug
inklusive Übernachtung und Verpflegung im Doppelzimmer
Einzelzimmerzuschlag:
5,50 Euro pro Nacht