

Kath. Kreisbildungswerk
Ebersberg e. V.
wertorientiert . bilden



zamkemma

1. ONLINE-SENIORENTAG 2021

Sie sind eingeladen zum ersten digitalen Seniorentag „zamkemma“. Hier haben Sie die Möglichkeit, mit anderen Teilnehmer*innen online zusammenzukommen.

Per Zoom können Sie die Veranstaltungen zu verschiedenen Themenbereichen wie Ernährung, Bewegung, Wohlbefinden von Zuhause aus besuchen. Eine Teilnahme an einzelnen Workshops ist möglich.

Zur Vorbereitung auf den digitalen Seniorentag wird eine Einführung in Zoom am **Mittwoch, 28.04.2021 von 15.00 - 16.30 Uhr** angeboten. Bitte melden Sie sich hierzu unter info@kbw-egersberg.de bis zum 27.04.2021 an.

Kostenfrei. Eine Anmeldung zum Online-Seniorentag ist nicht erforderlich.

Zugangsdaten zum Online-Seniorentag:

<https://bit.ly/2O1D4Ua>

Meeting-ID: 819 2716 8805; Kenncode: 751 148

ABLAUF AM FR 30.04.2021

- | | |
|-------------------|---|
| 09.00 - 10.00 Uhr | „ Start in den Tag - Yoga und Meditation “ mit Annette Haselhorst. <i>(Sie brauchen bitte einen Stuhl, eine Decke und eine Matte)</i> |
| 10.30 - 11.30 Uhr | „ Genussvoll mitten im Leben “ - Vortrag mit Brigitte Hepting vom Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten |
| 14.00 - 15.00 Uhr | „ Kraftquellen in schwieriger Zeit “ - Gesprächsrunde bei einer Tasse Tee oder Kaffee mit Gemeindereferentin Jasmin Lang und Pfarrerin Renate Zorn-Traving |
| 15.30 - 16.30 Uhr | „ Geschichten rund um den Forst “ (inkl. Einblicke in die Entdeckung des mysteriösen Brunnens im Ebersberger Forst) mit Kreisheimatpfleger Thomas Warg |
| 19.00 - 20.30 Uhr | „ Tanz in den Mai “ - Sitztanz mit Karin Hoff. Anschließend Live-Musik zum Mittanzen mit der Band „One and a half man“ |

In Kooperation mit:



Caritas

Nah. Am Nächsten



Mit finanzieller Unterstützung:



LANDKREIS
EBERSBERG

Pfarrer-Bauer-Str. 5 . 85560 Ebersberg
Tel 08092 / 850 79 - 0 . Fax - 20
info@kbw-ebersberg.de . www.kbw-ebersberg.de

Bildnachweis: StockAdobe / Friends Stock

Kath. Kreisbildungswerk
Ebersberg e. V.
wertorientiert . bilden

