

Der Kreisverband der GEW RV/BSK lädt alle Ruheständler ein:

10 Tipps für d'Xondheit!

„Xond und gfräs!“

**eine Übungsstunde der ganz anderen Art
von und mit Bernhard Bitterwolf**

Donnerstag, 20. September 2018, 14 Uhr

Schwäbische Bauernschule – Frauenbergstr. 15, Bad Waldsee

Unkostenbeitrag: GEW-Mitglieder 5 €, Gäste 10 € (inklusive Kaffee & Kuchen)

Bleib fit !

Die Gesundheit ist das höchste Gut! Diese Lebensweisheit ist allen bekannt, wird häufig gepredigt, aber selten werden die entsprechenden Hinweise befolgt. Mit viel Witz und Humor gibt Bernhard Bitterwolf nicht ganz ernstgemeinte Ratschläge, mit denen das persönliche Wohlergehen gesteigert werden soll. Mit großem Spaß und auf einer spielerischen Ebene stellt Bitterwolf seinem Publikum Übungen vor, deren nachhaltige Wirkung zwar nicht erprobt ist, aber eines allemal bewirken: Die Lachmuskulatur wird gestärkt!

Weil Kranksein Passivität erfordert, heißt im Gegenzug die Losung beim Gesundsein (und bleiben wollen!): Ich zeige mich aktiv! Bitterwolf lädt deshalb sein Publikum in eine Übungsstunde der ganz anderen Art ein. Von der Ernährung bis zur Bewegung, vom Atemholen bis zur Gedächtnisschulung reicht die Themenpalette des oberschwäbischen Barden – alles humorvoll, auf schwäbisch präsentiert und lustvoll musikalisch garniert.

Nähere Informationen unter: www.bernhard-bitterwolf.de/BB-schwaebisches-zur-xondheit.html

Programm:

14 Uhr – Ankommen mit Kaffee- und Kuchenbuffet im Saal

14.15 Uhr – Begrüßung und Infos zur Bauernschule

danach humorige, schwäbische, musikalische Einlassungen

Parkmöglichkeit auf dem Gelände & siehe Anhang

Anmeldungen bis Montag 17. September 2018,

bitte nur per Mail unter:

mir-rv@gew-ravensburg-bodenseekreis.de

Auf Eure / Ihre Teilnahme freuen sich

das Leitungsteam der Mitglieder im Ruhestand (MIR)

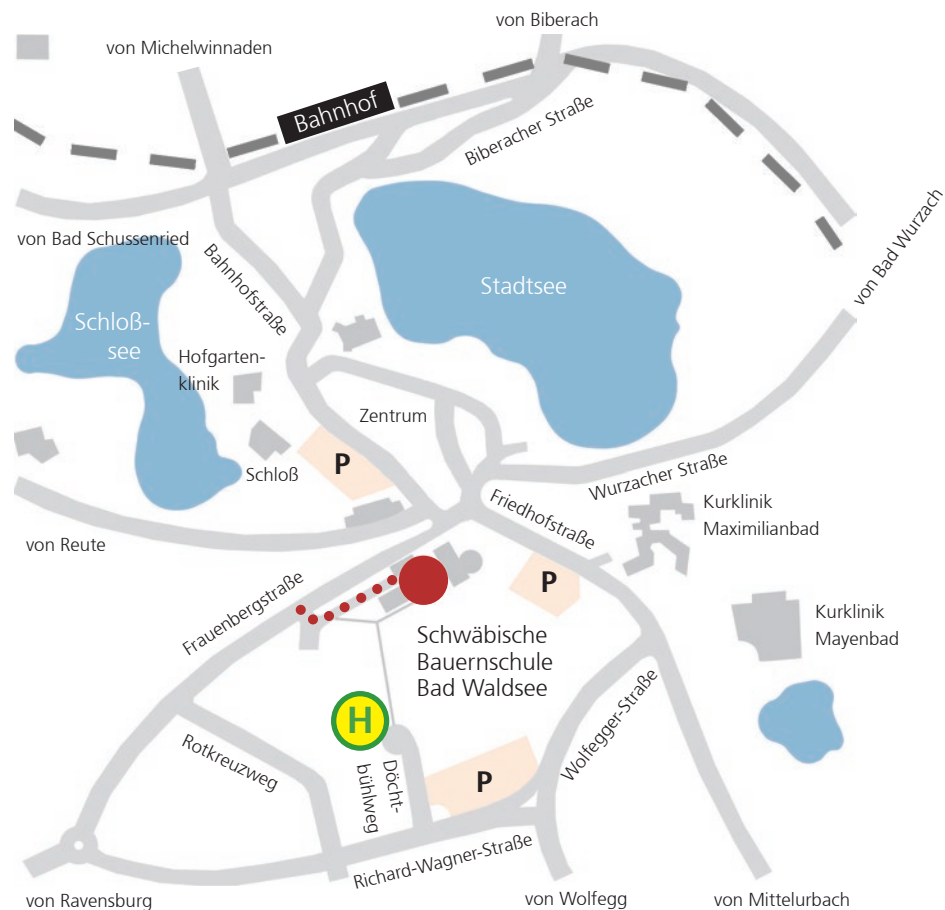
der GEW - des Kreises Ravensburg/Bodenseekreis!

i.A. Fritz Erb, Werner Geiss & Sepp Hodrius

Weitere interessante Informationen:
www.gew-bw.de/mitglieder-im-ruhestand
www.lpjaw.de
www.gew-bw.de/ravensburgbodenseekreis/termine



Der Weg zu uns!



Bad Waldsee

Schwäbische Bauernschule Bad Waldsee

Bildungshaus des Landesbauernverbandes in Baden-Württemberg e.V.

Frauenbergstraße 15, 88339 Bad Waldsee

Fon 07524 4003 – 0

Fax 07524 4003 – 33

www.schwaebische-bauernschule.de

bauernschule@lbv-bw.de

Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Ländliche Erwachsenenbildung

Baden-Württemberg e.V. | A | L | E | B |

www.aleb-bw.de

Mitglied im Verband der Bildungszentren im Ländlichen Raum e.V.

www.verband-bildungszentren.de