

In Bewegung bleiben: körperlich.geistig.sozial

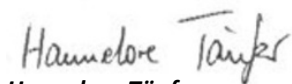
Derzeit häufen sich Studien, die zeigen, wie wichtig „in Bewegung bleiben – oder auch in Bewegung kommen“ für unser Dasein ist. Dies gilt für die gesamte Person. Mehr körperliche Bewegung setzt sich in „mehr fit sein im Geiste“ fort. Gemeinschaft zu pflegen gehört zum „gut alt werden“ dazu.

Wir werden in diesen beiden Tagen eine gute Gemeinschaft haben – natürlich mit viel Bewegung und geistigem und geistlichem Input. Anregungen für ein weiteres Umsetzen im Alltag sind die Grundlage für das Seminar.

Wie im letzten Jahr sind Partner der Seminarteilnehmerinnen herzlich willkommen. Gerne kann diese Einladung auch an andere Interessierte weitergegeben werden.

Wir freuen uns auf die Begegnung mit Ihnen im Evangelischen Bildungs- und Tagungszentrum Pappenheim (EBZ).

Ihre



Hannelore Täufer

Vorsitzende der Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungskräfte des Deutschen Evangelischen Frauenbunds e.V., Förderkreis Bayern (AEH)

Programm

Freitag, 18. Juli 2025

Bis 12.00 Uhr	Ankommen, Zimmerbelegung
12.15 Uhr	Mittagessen
14.00 Uhr	Begrüßung und Vorstellungsrunde mit Bewegung <i>Hannelore Täufer, AEH-Vorsitzende</i> <i>Inge Vogel, Referentin für Sport und Bewegung</i>
15.00 Uhr	In Bewegung bleiben: körperlich.geistig - Körper und Geist fit halten <i>Gerhard Ellinger, Fitnesstrainer</i>
16.00 Uhr	Nachmittagskaffee
16.30 Uhr	Fortsetzung <i>Gerhard Ellinger, Fitnesstrainer</i>
18.00 Uhr	Abendessen
19.30 Uhr	Was hält mich körperlich und geistig fit und gesund? Tipps und Tricks zur Gesunderhaltung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Samstag, 19. Juli 2025

ab 8.00 Uhr	Frühstück
9.00 Uhr	In Bewegung bleiben: Ernährung.Stoffwechsel <i>Ursula Moshandl, AEH-Vorstand</i>
10.00 Uhr	In Bewegung bleiben: gemeinsam.alleine.einsam?! Impulsvortrag und wechselnde Gesprächsrunden <i>Ursula Moshandl und Hannelore Täufer, AEH-Vorstand</i>
12.15 Uhr	Mittagessen
13.30 Uhr	Spaziergang zur Weidenkirche (für Personen mit eingeschränkter Beweglichkeit – Transport zur Weidenkirche)
14.00 Uhr	Andacht <i>Diakonin Sandra Höchsmann, EBZ Pappenheim</i>
14.30 Uhr	Spaziergang zurück zum Tagungshaus
15.00 Uhr	Abschlussrunde im EBZ
Ca.16.00 Uhr	Ende der Tagung

Anmeldung

(bis 20.6.2025)

Hiermit melde ich mich verbindlich an zum

In Bewegung bleiben: körperlich.geistig.sozial

im Evangelischen Bildungs- und Tagungszentrum Pappenheim:

Name, Vorname:

.....
Straße:

.....
PLZ, Ort:

.....
Telefon:

.....
E-Mail-Adresse:

Ich wünsche (bitte kreuzen Sie an):

☐ Doppelzimmer mit Dusche/WC zusammen mit

.....
(für Mitglieder 110,00 €/ Gäste 130,00 €)

☐ Einzelzimmer mit Dusche/WC
(für Mitglieder 120,00 €/ Gäste 130,00 €)

☐ das Zimmer soll mit Aufzug erreichbar sein

☐ Ich nehme teil als Tagesgast: Datum

Zeitraumen: von Uhr bis Uhr

Kosten (inklusive Mahlzeiten):

Freitag oder Samstag je Tag 30 € (Mitglied)/40 € (Gast)

Ich bin AEH-Förderkreis Mitglied: ☐ ja ☐ nein

Datenschutz- und wettbewerbsrechtliche Einwilligung:

- ☐ Mit der Anmeldung erkläre ich mich einverstanden, dass meine Daten zum Zweck der Seminar- und Tagungsabwicklung gespeichert und verwendet werden dürfen.
- ☐ Ich erkläre mich einverstanden, dass der DEF/AEH meine o.a. Daten zur Information über Angebote und Veranstaltungen des DEF/AEH verwendet. Diese Einwilligung kann jederzeit schriftlich widerrufen werden.

.....
Datum, Unterschrift



An die
AEH/DEF-Geschäftsstelle
Kufsteiner Platz 1
81679 München

Organisatorische Hinweise

Tagungsort

Evangelisches Bildungs- und Tagungszentrum
Stadtparkstr. 8-17, 91788 Pappenheim
Telefon: 09143 604-0; www.ebz-pappenheim.de

Tagungsorganisation / Anmeldung

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an die AEH/DEF -
Geschäftsstelle in München.

Ihre Anmeldung erbitten wir schriftlich auf beigefügtem
Anmeldeformular bis zum **20. Juni 2025** an:

Arbeitsgemeinschaft Evangelischer Haushaltsführungs-
kräfte (AEH) des Deutschen Evangelischen Frauenbundes,
Landesverband Bayern e.V.

Kufsteiner Platz 1

81679 München

Telefon 089 9810578-8

Fax 089 9810578-9

Email: bildung@def-bayern.de

www.def-bayern.de

Teilnahmebeitrag

**Bitte überweisen Sie den Teilnahmebeitrag bis
20. Juni 2025** auf das Konto des DEF-Landesverband
Bayern bei der Evangelischen Bank eG,
IBAN: DE19 5206 0410 0003 5080 56

Vermerk: TN-Beitrag von „Ihr Name“ für AEH-Seminar
18./19.07.2025

Bitte beachten Sie dabei, dass ggf. Ihr Partner als Gast den
erhöhten Preis zu überweisen hat.

Sollte sich beim Unterbringungswunsch im Doppelzimmer
keine geeignete zweite Person finden, ist der
Einzelzimmerbeitrag zu bezahlen.

Fahrtkosten können nicht übernommen werden.

**Bitte bringen Sie für die Bewegungselemente
rutschfeste Stoppersocken, Gymnastikschuhe oder
ähnliches mit.**



Bildquelle: Adobe/Stock

**In Bewegung bleiben:
körperlich.geistig.sozial**

**18. und 19. Juli 2025
in Pappenheim**

