

Altern in guter Gesellschaft

Veranstaltungen in Koppl
Juli bis Dezember 2016



© IStock.com/ Yuri

Liebe Kopplerinnen und Koppler!

„Altern in guter Gesellschaft“: Das ist auch heuer wieder das Motto unserer Veranstaltungsreihe. Wir haben wieder ein buntes Programm zu den verschiedensten Lebensbereichen ausgesucht. Mit Neuem zum Thema „Erbrecht“, „Gesunder Schlaf“, „Kräuterkunde“, „Kreatives“ sowie gemütlichem Zusammensein, haben wir hoffentlich die richtigen Themen für euch gewählt.

In dieser Broschüre haben wir die Termine für das zweite Halbjahr zusammengefasst, um einen Überblick für die „Terminplanung“ zu geben.

Ermöglicht wird dieses Programm wieder durch die Unterstützung der Gemeinde Koppl mit unserem Bürgermeister Rupert Reischl, gemeinsam mit Bildungswerkleiter Egon Leitner, der Sozialbeauftragten Traudi Schönleitner sowie der Gemeindeentwicklung des Landes Salzburg.

Wir freuen uns auf zahlreichen Besuch und viele interessante Gespräche!

Anton Feldes

Seniorenbeauftragter der Gemeinde Koppl

Ausflug zur Seiseralm – Seeon – Teisendorf

Wir fahren zuerst zur Seiseralm am Chiemsee mit Gelegenheit zu kurzen Wanderungen bzw. Spaziergängen, Einkehr in der Seiseralm. Rückfahrt über Seeon (Klosterkirche) nach Teisendorf. Dort können wir eine Brauerei besichtigen (Euro 7,- inkl. 0,5 l Getränke und eine Brezn). Dauer: max. 1 ½ Stunden. Bitte bei Anmeldung auch für die Führung eintragen lassen.

Veranstalter: Seniorenbund Koppl

Kosten: Euro 20,-

Anmeldung bis 7. Juli 2016: Obfrau Rosi Altenberger, Tel: 06221-7389,

Stellvertreter Anton Feldes, Tel: 0660-2002811 oder Konrad Plackner, Tel: 0664-5576867

Sollte jemand kurzfristig verhindert sein, bitte die Abmeldung nicht vergessen!

Mittwoch, 13. Juli 2016

Treffpunkt: Ladau, Thomanbauer, 8.30 Uhr

Koppl, Volksschule, 8.45 Uhr

Ausflug zum Stoderzinken

Eine schöne Fahrt durch das Salzbachtal bis Gröbming und dort auf der Panoramastraße auf den Stoderzinken. Oben Wandermöglichkeit z. B. zum Friedenskircherl und hinauf auf den Gipfel. Rückfahrt durch das Salzkammergut mit Kaffeepause eventuell in Bad Ischl (oder in der Nähe).

Veranstalter: Seniorenbund Koppl

Kosten: Euro 20,-

Anmeldung bis 4. August 2016: Obfrau Rosi Altenberger, Tel: 06221-7389,
Stellvertreter Anton Feldes, Tel: 0660-2002811 oder Konrad Plackner, Tel: 0664-5576867
Sollte jemand kurzfristig verhindert sein, bitte die Abmeldung nicht vergessen!

Mittwoch, 10. August 2016

Treffpunkt: Ladau, Thomanbauer, 8.30 Uhr

Koppl, Volksschule, 8.45 Uhr



Koppler Wandertag

Wanderung in der Umgebung von Koppl und im Koppler Moor.
Anschließend gemütlicher Ausklang mit Musik.

Veranstalter: Pensionistenverband Koppl

Anmeldung: Herbert Hasleder, Tel: 06221-7891

Mittwoch, 7. September 2016

10.00 Uhr

Treffpunkt: Koppl, Dorfplatz



Gesunder Schlaf

Für Personen mit Schlafproblemen zur Verbesserung der Schlafqualität

Inhalt: Erkennen der Zusammenhänge von individuellen Verhaltensweisen und Schlafqualität, Schlafveränderungen im Lebensverlauf, Ein- und Durchschlafstörungen sowie Schlaflosigkeit. Techniken wie Verhaltensänderungen, die Kontrolle schlafverschlechternder Gedanken und Entspannungsverfahren werden in Form von Übungen und Gesprächen vermittelt.



Referentin: **Tanja Grünberger MSc**, Psychologin

Kursdauer: 2 x 3 Stunden

Freitag, 9. September 2016, 14.30 Uhr (Teil 1)

Freitag, 16. September 2016, 14.30 Uhr (Teil 2)

Koppl, Gemeindeamt

Ausflug zur Panorama-Alm

Eine wundervoll gelegene Alm mit Ausblick über das ganze Glemmtal.

Aber: Zu dieser Alm gibt es keine Zufahrt mit dem Bus!

Es besteht die Möglichkeit, von Saalbach aus hinaufzuwandern (ca. 1 ½ Stunden) oder mit der Kohlmaibahn hinaufzufahren (Berg- und Talfahrt: Euro 19,50 pro Person).

Ab der Mittelstation geht man noch ca. eine halbe Stunde bis zur Hütte hinauf, von der Bergstation geht man ca. 15. Minuten zur Hütte hinunter. Die Wege sind jeweils breite Forstwege ohne große Steigungen. Von dort aus gibt es noch viele Möglichkeiten für Spaziergänge, auch ein kleines Bergbauernmuseum kann besichtigt werden.

Veranstalter: Seniorenbund Koppl

Kosten: Euro 20,-

Anmeldung bis 8. September 2016: Obfrau Rosi Altenberger, Tel: 06221-7389, Stellvertreter Anton Feldes, Tel: 0660-2002811 oder Konrad Plackner, Tel: 0664-5576867
Sollte jemand kurzfristig verhindert sein, bitte die Abmeldung nicht vergessen!

Mittwoch, 14. September 2016

Treffpunkt: Ladau, Thomanbauer, 8.30 Uhr
Koppl, Volksschule, 8.45 Uhr



Kräuterwanderung

Fortsetzung „Gsund lebn - frühra und heit“

Nach einem sehr interessanten 1. Teil rund um „Altes Wissen neu entdecken, weitergeben und festhalten“ möchten wir an diesem Nachmittag von der Theorie in die Praxis übergehen: Bei einer leichten Wanderung vertiefen wir das bereits Gehörte, indem wir die Kräuter mit allen Sinnen entdecken und Heilkräftiges über sie erfahren! Zum Abschluss trinken wir einen Zaubertrunk und stärken uns mit einem Blüten- und Kräuteraufstrich-Brot.

Referentinnen: **Renate Ebner**, Kräuterpädagogin und **Traudi Schönleitner**

Dienstag, **4. Oktober 2016**, 14.00 Uhr
Treffpunkt: Koppl, Volksschule, Parkplatz



Sachwalterschaft und neues Erbrecht

In unserer Gesellschaft ist die Betreuung von alten und/oder pflegebedürftigen Menschen besonders wichtig. Wenn diese nicht mehr fähig sind, ihre Geschäfte ohne Nachteil für sich wahrzunehmen, wird bei Gericht eine Sachwalterin/ ein Sachwalter bestellt. Sie/er übernimmt dann die gesetzliche Vertretung der Person.

Weiters tritt mit 1. Jänner 2017 das neue Erbrechtsänderungsgesetz in Kraft, mit dem es, neben begrifflichen Modernisierungen, zu einer Reihe wichtiger inhaltlicher Änderungen kommt.



Referierende: **RA Mag. Elfriede Huttegger** und **Mag. Norbert Schlager**

Freitag, 4. November 2016, 15.30 Uhr
Koppl, Gemeindeamt, Sitzungssaal

Schmuckes Festmahl für Vögel

Selbstgemachte und liebevoll gestaltete „Leckerlis“ schmecken den Vögeln auf Nahrungssuche meistens besser als Gekauftes. Wir machen Futterketten, Körndltorten oder Vogelkekse, die man einfach in die Bäume hängen kann.

Referentin: **Belinda Simon**

Donnerstag, 10. November 2016
14.30 Uhr
Koppl, Volksschule, Werkraum





IMPRESSUM

Für Inhalt und Grafik verantwortlich: Gemeindeentwicklung Salzburg, 2016
Salzburger Bildungswerk, ZVR: 200288147 • Strubergasse 18/3 • 5020 Salzburg • Tel: 0662-872691-0 • Fax: 0662-872691-3
E-Mail: office@sbw.salzburg.at • www.salzburgerbildungswerk.at • www.gemeindeentwicklung.at