



**Gewerkschaft Öffentlicher Dienst
Landesleitung Pensionisten Steiermark**

Karl-Morre-Straße 32, 8020 Graz; Tel.: 0316/7071-287; FAX: -/7071-315
Internet: www.stmk.penspower.at; E-Mail: steiermark@penspower.at

Rundschreiben 01 – Jan. 2020

Achtung! Achtung! Achtung!

Im Rundschreiben vom Dezember 2019 haben wir Ihnen untenstehendes Angebot mitgeteilt und gehofft, dass es stark angenommen werden könnte.

Es sind noch in beiden Angeboten Plätze frei und ich darf Sie einladen, sich die Zeit zu nehmen und etwas Gutes für Ihre Gesundheit zu tun.

Angebote der BVAEB in der Gesundheitseinrichtung Josefhof

Haideggerweg 38, 8044 Graz im April und Mai 2020

Die Landesleitung Pensionisten Steiermark hat von der Beamtenversicherung-Eisenbahn und Bergbau(neuer Name mit 1.1.2020) zwei Angebote für Mitglieder der GÖD Pensionisten der Steiermark bekommen, und zwar:

1. Altern mit Zukunft (15.4.2020 bis 29.4.2020)

Zielgruppe: Personen ab 65 Jahre

Voraussetzungen:

- BVA-versichert
- 15 Minuten ohne Pause gehen bzw. 40 Stufen ohne Hilfe steigen
- Keine akuten Erkrankungen

Dauer des Aufenthaltes: 2 Wochen

Zeitpunkt: 15. April 2020 bis 29. April 2020

Inhalte werden bedarfsgerecht für die einzelnen Personen geplant:

- Gesundheitsförderliche Bewegung
- Ernährung
- Gesundheitsvorträge

2. JA! Jetzt aktiv (26.4.2020 bis 3.5.2020)

Zielgruppe: Personen, die zwischen 0 und 7 Jahren in Pension oder Ruhestand sind

Voraussetzungen:

- BVA-versichert
- Keine akuten Erkrankungen

Dauer des Aufenthaltes: 1 Woche

Zeitpunkt: 26. April 2020 bis 3.Mai 2020

Inhalte:

- Unterstützung der Personen Gesundheitsprojekte im persönlichen Umfeld umsetzen zu können
- Gesundheitsförderliche Bewegung
- Gesundheitsvorträge

Für beide Kurse bzw. Angebote gilt, dass sie kostenlos angeboten werden. Die Bedingungen bzw. Voraussetzungen dazu müssen erfüllt sein!

Die Anmeldung hierfür erfolgt über die Landesleitung Pensionisten Steiermark unter der E-Mail-Adresse steiermark@penspower.at oder schriftlich unter der Adresse Karl-Morre-Straße 32, 8020 Graz.

Sie werden nochmals eingeladen dieses hervorragende Angebot anzunehmen und durch Angabe des Namens und der Versicherungsnummer schriftlich oder elektronisch bei der Landesleitung Pensionisten Steiermark zu tun.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung bis spätestens 31. Jänner 2020.

Die Anmeldungen werden nach Einlangen sortiert. Wer zuerst kommt, kommt dran und kann dieses kostenlose Angebot auch nützen.

**Für die Landesleitung Pensionisten Steiermark
Klaus Gabriele (Vorsitzender)**