

#NORD 08. Oktober 2021

Endlich wieder fit ... Seminar auf Borkum

Ende September sind wieder Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu einem Fit-Seminar der Region Nord auf die Insel Borkum in das Hotel Rote Erde gereist. Mit der 3G-Regel sowie den entsprechenden Hygienevorschriften und Verordnungen haben alle eine sehr schöne Woche verbracht.



Die Nordseeinsel hat alles an Wettermöglichkeiten aufgeboten, um die Teilnehmenden zu beeindrucken. Sonnenschein, Sturm, Regen. Nordic-Walking am Strand mit Sonne (wunderschön), Ostlandwanderung bei Sturm und Regen (auch schön). Anschließendes Aufwärmen mit Sanddornrog im Ostlandcafe (wohltuend).

Natürlich gab es eine Menge Informationen, die gut verteilt in das Freizeitprogramm integriert wurden. Zum Beispiel: Besteuerung von Renten und Pensionen, Erbrecht und Vorsorgevollmacht, Ernährungsberatung, DBplus, EVG-Seniorenarbeit, Aktuelles vom Fonds soziale Sicherung.

Rundum gelungen. Alle sind gesund und zufrieden nach Hause gefahren.