

BFD-INFOLETTER Dezember 2025

Liebe Mitglieder,

Das Jahr 2025 neigt sich dem Ende entgegen, einige Adventstage bleiben noch, um Besorgungen zu machen und dies und das für die Weihnachtstage herzurichten.

Eventuell bietet die Weihnachtszeit aber auch eine Gelegenheit zum bewussten Innehalten, diese Tage als besinnliche Zeit zu nutzen und im Kreis der Familie ruhige Momente zu finden.

Auch für das BFD neigt sich das Jahr mit zahlreichen Veranstaltungen dem Ende zu. Die Angebote erfreuten sich wieder reger Teilnahme, beispielsweise

- die wunderschöne Kulturfahrt an den Edersee (mit so wenig Wasser)
- die Outdoorspiele auf dem Sportgelände beim offenen Vereinstreff mit dem highlight „Wikingerschach“ hat sehr viel Spaß gemacht
- die tollen Theaterbesuche sowohl bei Fantasio im Staatstheater Wiesbaden als auch LaLeLu in Friedrichsdorf.
- Der großartige Wochenendausflug der Wandergruppe in die Pfalz

Auch auf dem diesjährigen gut besuchten Dortelweiler Weihnachtsmarkt waren alle ca. 350 Portionen Pommes an unserem Stand bis 17.00 Uhr verkauft! Somit ergab sich wiederum eine Spende von über 500 Euro für gute Zwecke!

Vielen herzlichen Dank an dieser Stelle an alle Helfer, die bei diversen Einsätzen im Jahr 2025 eine wertvolle Unterstützung geleistet haben!



Der Vorstand des Bildungsforums Dortelweil e.V.
wünscht allen Mitgliedern und deren Familien
frohe besinnliche Weihnachten
und insbesondere Gesundheit, Glück und Lebensfreude im
neuen Jahr 2026!



.....

Hinweise zu Angeboten zu Beginn des neuen Jahres:

- Sowohl die **Gymnastik** als auch die **Hockergymnastik** starten bereits ab **Montag, den 5. Januar 2026** zur gewohnten Zeit im Mehrzweckraum im Gebäude von FUN-Ball
(Hockergymnastik: von 15.20 - 16.20 Uhr; Gymnastik: von 16.20 - 17.20 Uhr)
- Unsere **Vereinsschrift Forum aktuell 1_2026** ist für Ende Januar/Anfang Februar geplant.

.....

Yoga auf dem Stuhl-Eine sanfte Praxis für alle!

Das Angebot wird in 2026 fortgesetzt. Eine Teilnahme ist jederzeit möglich.

Die Übungen sind einfach und können in den Alltag, auch zu Hause, integriert werden. Stuhl-Yoga fördert die Flexibilität, verbessert die Körperhaltung und kann helfen, Stress abzubauen. Durch sanfte Dehnungen und Atemübungen wird die Durchblutung angeregt und die Muskulatur entspannt.

Yoga auf dem Stuhl ist für jeden zugänglich und kann leicht an individuelle Bedürfnisse angepasst werden. Es ist eine hervorragende

Möglichkeit, Körper und Geist in Einklang zu bringen, während man gleichzeitig die Vorteile von Bewegung und Achtsamkeit nutzt.

Geplante TERMINE: jeweils dienstags, 1 x Woche, zunächst bis zu den Sommerferien (Ende Juni)

Erster Termin in 2026: Dienstag, 13.01.2026

Uhrzeit jeweils: 09.30 Uhr bis 11.30 Uhr

Ort: Dortelweil, Alte Bürgermeisterei (Nähe S-Bahn Station)

Trainerin: Ilka Jörger

Anmeldung: per E-Mail an: ilkajoerger@posteo.de oder Telefon 06101-8025762 oder direkt in der Übungsstunde

Sonstiges: lockere Kleidung

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

.....

Konzertbesuch am 1. März 2026

Statt Theaterbesuch, diesmal ein herausragender Konzertbesuch

>> Einzelheiten und Anmeldung siehe gesonderten Anhang