



Projekt als Pilotgemeinde Qualitätszertifikat Plus

In den nächsten Jahren ist von einer weiteren Zunahme des Krankheitsbildes **Demenz bzw. Alzheimer** auszugehen, da mit einer höheren Lebenserwartung das Risiko ansteigt.

Das fordert uns nicht nur als Gesellschaft, sondern auch gesundheits- und sozialpolitisch. Über körperbezogene Hilfestellungen hinaus sind umfassende Unterstützungen im Alltagsleben erforderlich. Diese reichen von bedürfnisgerechter Aktivität über Tagesstrukturierung bis hin zur demenzgerechten Kommunikation.

Entspannt ins Neue Jahr

Auch im neuen Jahr 2017 freue ich mich wieder auf gemeinsame entspannende Stunden bei meinen Klangschalenmeditationen.



Diese finden wie gewohnt monatlich im Turnsaal des Kindergartens statt. Mitzubringen ist eine Unterlage und evtl. ein Polster, bequeme Kleidung.

Termine 2017: Montag 16.01., 13.02., 13.03. und 24.04. jeweils um 19.30 Uhr

Unkostenbeitrag: 8€ pro Abend
Anmeldung bei Daniela Lang,
0664/75094855 oder wegezurkraft@gmail.com

Betroffene und Angehörige mit ihren individuellen Bedürfnissen stehen hierbei im Mittelpunkt. Unter unserem Projektmotto

„Gut leben mit Demenz“

werden wir das Thema den Gallspachern mit unserm Hauptprojekt zu unserer neuen Projektperiode zur Pilotgemeinde QZ+ näher bringen.

Das offizielle **Startereignis**, nach einer Informationsphase des Arbeitskreises des Projektes wird in guter Zusammenarbeit mit der Pfarre Gallspach mit dem sensationellen **Kinofilm „Honig im Kopf“** mit Dieter Hallervorden und Til Schweiger erfolgen (sh. Seite 11).

Ein Besuch zahlt sich aus und der so aktive Arbeitskreis freut sich über die Anerkennung.

*DI Dr. Peter Rohrmoser,
Arbeitskreisleiter.*

Geschäftseröffnung: Gesund Natürlich Leben

Nach einiger Vorbereitungszeit hat am 25. Nov. der **Gesundheitsshop Gesund Natürlich Leben** von Daniela Lang in Gallspach eröffnet. Neben den Produkten von Robert Franz werden auch andere hochwertige Vitamine, Mineralstoffe und weitere Nahrungsergänzungsmittel angeboten. Außerdem besteht die Möglichkeit mit einer Bioscan Messung innerhalb von 2 Minuten und ohne Blutabnahme mit über 200 Messwerten einen Überblick über seinen körperlichen Zustand und Vitamin-/Spurenelement/Mineralstoffhaushalt zu bekommen.

Öffnungszeiten: Dienstag 9-15 Uhr, Freitag 9-12 & 13-16 Uhr sowie nach tel. Vereinbarung.
Erreichbar unter: 0664/75094855, www.gesund-natuerlich-leben.at



Daniela Lang.

Reitverein Gallspach-Meggenhofen

Spitzen- und Breitensport vom Feinsten! Europameistertitel und Top 10 Platzierung bei EM

Von 21. bis 25. September fanden in Schildau (D) die European Youth Driving Championships statt. Die rot-weiß-roten Farben durften neben 7 weiteren FahrerInnen auch die Schwestern Andrea (15) und Michaela (17) Schöftner vertreten. Die beiden konnten im Endklassement die besten Platzierungen für Österreich erzielen:

Andrea wurde mit ihrem Pony Dr. Watson und Beifahrer Andreas Brunner Europameisterin der Einspanner Junioren (14-18 Jahre)!



Andrea Schöftner.

In der Klasse der Young Driver (16-21 Jahre) erreichte Michaela mit Capri und Beifahrerin Christa Brunner bei den Einspannern Junge Fahrer (16-21) den ausgezeichneten 6. Gesamtrang!

Nach einem Vizestaatsmeister- und einem Landesmeistertitel für Andrea und einem Staatsmeister- und einem Vizelandesmeistertitel für Michaela war dies der krönende Abschluss der Saison 2016!

Nicht nur im Spitzensport, sondern auch im Breitensport ist die URFG Gallspach-Meggenhofen sehr aktiv. Im Rahmen des Ferienscheckheftes fanden sich bei strahlendem Sommerwetter zahlreiche pferdebegeisterte Kinder am Reit- und Fahrgelände ein und verbrachten einen ereignisreichen Nachmittag. Nach Kutschenfahrten, Geschicklichkeitsreiten und Voltigieren hatten sich alle Reiter und Fahrer ein oder auch mehrere Stück Pizza verdient!

Astrid Schöftner, Schriftführerin.



Die Gesunde Gemeinde freut sich im Jahr 2017 wieder Kochkurse mit Bernhard Kogler anbieten zu können. Gestartet wird mit einem

Kochkurs für Männer

**Am Dienstag, 21. März 2017
um 19 Uhr in der Waldesruh**

„Herzhaftes zum Frühlingsbeginn“

Nach dem Kochen wird das Zubereitete gemeinsam ver-
speist.

Für Lebensmittel und Kurs sind € 15 zu bezahlen. Bitte am Gemeindeamt, Fr. Krempl
(Tel: 62355-15 oder christine.kreempl@gallspach.at) anmelden.
Begrenzte Teilnehmerzahl – also rasch Platz sichern.



Gütesiegel „Gesunde Schule“

Die Volksschule Gallspach hat sich ge-
meinsam mit der Gesunden Gemeinde
auf den Weg zum Gütesiegel Gesunde
Schule gemacht.

Unterstützt durch das Land OÖ und der
OÖGKK wollen wir in den nächsten 3
Jahren dieses Gütesiegel erreichen.

Ein erster Schritt auf diesem Weg war
die **„bewegte Pause“**. Unsere Schüler
dürfen sich ab heuer über eine 30 mi-
nütige Pause freuen. Von dieser sind 20
Minuten Bewegungspause (wenn es das
Wetter und die Gesundheit zulässt) im
neuen Schulgarten. In den letzten 10 Mi-
nuten stärken wir uns bei einer hoffent-
lich immer **gesünder werdenden Jause**.
Zu diesem Thema durften wir am 13.
Oktober Frau Kornelia Wagner begrü-
ßen, die den Eltern und Lehrern in einem
kurzen Vortrag Ideen für die gesunde
Jause unserer Schüler lieferte.

Am 17.11. war ein Vertreter der OÖ.GKK
zum 2. Mal an unserer Schule.

Er hat die Kinder der 4. Klassen zu ih-
rem Ess- und Bewegungsverhalten be-
fragt. Die Ergebnisse aus dieser Befra-
gung, und die für uns wichtigen Punkte
im ersten Projektjahr, werden anschlie-
ßend in unserer 1. Gesundheitskonferenz
ausgearbeitet.



Weiters wird im Frühjahr ein, von der
OÖGKK gesponserter, **Kochkurs mit
dem Titel „Jausenhits für Schule,
Freizeit und Beruf“** stattfinden.

Wir hoffen auf rege Unterstützung und
freuen uns über alle Ideen, die wir in un-
seren Schulalltag einbauen können.

Konni Schmied.

VORANKÜNDIGUNGEN

Gesundheitstage & Hobbyausstellung 2017

**Termin: Samstag, 11. März und Sonntag, 12. März 2017
im Kursaal**

Wenn Sie aktiv an dieser Ausstellung oder mit einem Gesundheitsvortrag/-workshop
teilnehmen möchten, bitten wir Sie sich bald möglichst am Gemeindeamt zu melden.

**„Hypnose –
Show oder Therapie“
Vortrag mit
Dr. Martin Dettelbacher**

Am Montag, 27. März 2017 um 19 Uhr im Marienheim Gallspach.

Marterl- und Kapellen- wanderung

Die Gesunde Gemeinde lud zusam-
men mit der Pfarre im September
wieder zu geführten „Roasen“ ein.
Rund 60 große und kleine Kultur-
und Naturliebhaber machten sich
auf den Weg. Es wurden zwei Wan-
derungen angeboten, auch eine klei-
nere für Familien.

Ausgangs- und Endpunkt war je-
weils die Pfarrkirche, wo man sich
nach dem Wandern bei einer Agape
im Kirchhof stärken konnte.

Das Büchlein mit den Wanderungen
ist im Büro der Vitalwelt in Gall-
spach bzw. in der Pfarrkanzlei er-
hältlich.



Die größere „Roas“ führte heuer über Vöglthen nach
Bumberg. Weiter nach Diesting und über Thal wieder
zurück zur Pfarrkirche.