

## Neue Mitglieder für die Gesunde Gemeinde Gallspach gesucht

Für den Arbeitskreis der Gesunden Gemeinde Gallspach werden neue engagierte ehrenamtliche GallspacherInnen gesucht!

Wir sammeln gemeinsam neue Ideen und planen lokale Programme mit unterschiedlichen Aktionen wie Vorträge, Kurse, Gesundheitstage etc.

Der Arbeitskreis der Gesunden Gemeinde Gallspach trifft sich das nächste Mal

**am 21. September 2020  
um 18:00 Uhr  
im Marktgemeindeamt Gallspach.**

Herzlich Eingeladen sind alle interessierten GemeindegängerInnen, um an diesem Arbeitskreistreffen teilzunehmen.

Fragen oder Interesse?

Kontakt: Sabrina Heinemann (07248/62355-11 oder [sabrina.heinemann@gallspach.at](mailto:sabrina.heinemann@gallspach.at))

### Über die Gesunde Gemeinde:

Die Gesunde Gemeinde ist ein gemeinsames Netzwerk des Landes Oberösterreich, Abteilung Gesundheit, und gesundheitsfördernder Städte und Gemeinden. Von 438 Gemeinden in OÖ beteiligen sich bereits 432 am Netzwerk Gesunde Gemeinde. Die ersten Ideen des Land Oberösterreich entstanden dabei bereits vor mehr als 30 Jahren im Jahr 1989.

Die Gesunde Gemeinde gibt es in Gallspach seit 1992. Mit DI Dr. Peter Rohrmoser haben wir bereits seit 15 Jahren einen großartigen und engagierten Arbeitskreisleiter. Wir nahmen an den Pilotprojekten „Qualitätszertifikat“ und „Qualitätszertifikat plus“ teil und haben diese Zertifikate erstmals im Jahr 2010 bzw. 2019 verliehen bekommen.

Aktuell befinden wir uns in einem neuen 3-jährigen Zielgruppenprojekt „Gemeinsam gesund & fit durch Kindergarten und Volksschule“ welches in den Jahren 2019 - 2021 stattfindet.

## Fensterloas 2019

Die 6. Fensterloas „Gallspacher Adventskalender“ war auch dieses Jahr wieder ein voller Erfolg. Zahlreiche GallspacherInnen und Kinder wurden durch die wunderschön gestalteten Fensterloas und dem besinnlichen Beisammensein während der drei gemeinsamen Roasen in die vorweihnachtliche Stimmung versetzt.

Die Gesunde Gemeinde bedankt sich an dieser Stelle nochmals bei allen Gestaltern, Eigentümern und Gästen, dass Sie an der Fensterloas 2019 teilgenommen haben!

**Wir freuen uns schon jetzt auf die Fensterloas 2020 mit euch!**





## Aus dem gesunden Kindergarten

Nicht nur in Zeiten des Corona Virus ist es wichtig, bereits den Kindern aufzuzeigen, was der Begriff Gesundheit bedeutet.

Bei uns im Kindergarten werden verschiedenste Bildungsimpulse dazu angeboten. Nicht nur der Wissenserwerb über den Körper und seine Funktionen, sondern auch die verschiedensten Kenntnisse über den Beitrag, der durch Ernährung zur Gesunderhaltung geleistet werden kann, werden bei uns den Kindern näher gebracht.

Ein besonderes Augenmerk wird auch auf die Hygienemaßnahmen gelegt. Auf spielerische Art und Weise werden auch schon unseren jünsten Kindern in der Krabbelgruppe der korrekte Ablauf des Händewaschens, Verhalten auf der Toilette sowie passenden Verhaltensweisen beim Niesen, Husten und Nase putzen vermittelt.

Ebenso sind das Verhalten bei Tisch und Lebensmittelhygiene bei uns alltägliche Themen.

Bereits in jungen Jahren sollen unsere Kinder ein Bewusstsein für ihre eigene Gesundheit entwickeln und so das Wohlergehen aller positiv beeinflussen.



## NORDIC WALKING

### Allgemein

jeden Montag  
um 19:00 Uhr

*Positive Auswirkungen  
des Nordic Walking:*

*Steigerung der Kondition*

*Senkung der Blutfettwerte*

*Stärkung der Muskulatur*

*Senkung des Körpergewichtes*

*Steigerung des Wohlbefindens*

### Senioren

jeden Donnerstag  
um 9:00 Uhr

Treffpunkt am Hauptplatz

## Vorankündigungen:

**Vortrag mit Dr. Wolfgang Schachinger**  
**Arzt für Allgemeinmedizin**

*Ernährung und Detox nach Ayurveda*  
*- der sichere Weg zu*  
*Gesundheit und Jugendlichkeit -*

Dienstag, 20. Oktober 2020  
um 20:00 Uhr

Weitere Infos folgen!

Auch dieses Jahr findet wieder das beliebte

**Earlybird**

mit Petra S. Werskiuk  
im Naturerlebnisbad Gallspach statt.

Termine und weitere Infos folgen!

