

## Erfolgreicher Abend für die Gesunde Gemeinde Gallspach

Am 20. November 2019 lud die Abteilung Gesundheit des Landes OÖ zu der Veranstaltung „Gesundes OÖ - Regional“ ins Schloss Zell an der Pram ein.

In schönem Rahmen wurden die Gesunden Gemeinden der Bezirke Grieskirchen und Schärding begrüßt. Es folgte ein kurzer Impulsvortrag von Mag. Britta Blumencorn, Expertin für Gesundheitskommunikation zum Thema „Gesundheit trifft Kompetenz“ und der Frage „Sind wir selbst in der Lage, tägliche Entscheidungen zu treffen?“

Anschließend verlieh LH-Stv. Mag.a Christine Haberlander die Ehrungen und Auszeichnungen. So wurden der Marktgemeinde Gallspach die Qualitätszertifikate „Gesunde Gemeinde“ und „Gesunde Gemeinde plus“ verliehen. AK-Leiter DI Dr. Peter Rohrmoser, Bgm. Dieter Lang, AK-Mitglied Hermine Straßmair und AK-Schriftführerin Lisa Jahn nahmen mit Freude die Auszeichnung entgegen. DI Dr. Peter Rohrmoser konnte sich an diesem Abend ein zweites Mal freuen: Der AK-Leiter wurde für seine 15-jährige Tätigkeit als Oberhaupt des Arbeitskreises geehrt. Mit einem gesunden Buffet fand der Abend im wunderschönen Schloss Zell an der Pram einen gemütlichen Ausklang.



Fotos: Land OÖ

**Die Gesunde Gemeinde Gallspach freut sich über die Auszeichnung und bedankt sich ganz herzlich beim AK-Leiter DI Dr. Peter Rohrmoser, dass er die Aufgabe der Leitung schon seit 15 Jahren übernimmt und noch immer mit Freude dabei ist!**

## Volksschule: Der kleine MUGG – mir und uns geht's gut! - 3 Projektjahre erfolgreich abgeschlossen

Am 28. Oktober war es nun endlich so weit, ein Teil des Lehrerteams, Herr Direktor Tolar und der Obmann der Gesunden Gemeinde, DI Dr. Peter Rohrmoser, folgten der Einladung der OÖGKK und fuhren zur Urkundenübergabe nach Linz. In einem feierlichen Rahmen erhielten insgesamt 13 Schulen diese Auszeichnung.

Wir sind sehr stolz darauf, dass wir diese drei arbeitsintensiven Jahre so erfolgreich abschließen konnten. Im Zuge dieses Projektes beschäftigten wir uns verstärkt mit den Themen Ernährung, Bewegung, psychosoziale Gesundheit und Suchtprävention.

Zahlreiche Ziele zu diesen Themen wurden ausgearbeitet, viele davon konnten schon umgesetzt werden. So erfreuen sich unsere Schüler über eine 30-minütige Bewegungspause, in vielen Phasen des Unterrichts ist Bewegung nicht mehr wegzudenken. Mit Hilfe des Elternvereins wurde ein Workshop zum Thema „Cybermobbing“ abgehalten, Eltern konnte ein Kochkurs angeboten werden und unser Schulgarten nimmt schön langsam Gestalt an, um nur ein paar der erreichten Ziele zu nennen.

Es war sehr spannend, sich mit diesen wichtigen Bereichen der Gesunden Schule so intensiv auseinander zu setzen.

Das Lehrerteam der Volksschule Gallspach kann auf drei sehr gewinnbringende Jahre zurückblicken. Wir werden weiterhin an unseren Zielen arbeiten und diese für Eltern – Lehrer und natürlich unsere Schüler umsetzen.

*Konni Schmied*



Bei der Urkundenverleihung: 1. Reihe v.l.n.r.: Konni Schmied und Maria Spicker (Pädagoginnen). 2. Reihe v.l.n.r.: DI Dr. Peter Rohrmoser (AK-Leiter Gesunde Gemeinde), Klaus Tolar (Direktor) und Albert Maringer (Obmann der GKKOÖ)



## Kinderyoga

Mit viel Freude blicke ich auf die bereits erlebten Kinderyoga Stunden zurück. Gemeinsam sind wir nach Indien gereist, wir haben mit Geschichten und Liedern Yoga Positionen kennengelernt, unseren Körper mit einem Barfußweg und verschiedenen Massagen wahrgenommen, Yoga Spiele entdeckt, die Ruhe und Stille genossen und viele schöne Momente erlebt.

**Ich freue mich schon auf die nächsten gemeinsamen Abenteuer!**

**Namaste, Petra Riedelsberger**

### Kinderyoga-Kurs 2020

**ab Mittwoch, 8. Jänner 2020 (wöchentlich jeweils 6 Einheiten)**

**Kurse für 5-7 jährige von 15.45 - 16.45 Uhr | für 8-11 jährige 17.00 - 18.00 Uhr**  
im Kindergarten Gallspach (Bewegungsraum)

**Bitte bringe eine Matte mit!**

**Kosten: € 45 | Leitung: Petra Riedelsberger**

**Anmeldungen** am Gemeindeamt Gallspach 07248/62355-11 oder [gemeinde@gallspach.at](mailto:gemeinde@gallspach.at)  
**(begrenzte Teilnehmerzahl - max. 10 Kinder pro Gruppe)**



**„Vogelfrei, tiefenentspannt und glücklich im Körper“**  
Willst du das? Ja? Dich nicht mehr mit Rückenschmerzen und Energielosigkeit durch den Tag quälen? Dann melde dich gleich an zum Jahresstart.

### Yogakurs 2020

ab Mittwoch, 15.01.2020 - 10 Termine zu je 1,5 Std.

um 18:15 im Kindergarten (Bewegungsraum)

Kosten: € 135 | Mindestteilnehmer: 12

Kursleitung: Petra Kerschhuber-Werskiuk,  
(dipl. Tanz- und Bewegungspädagogin, Energetikerin, intern. geprüfte Yogalehrerin, Kinesiologin, Körper und Mindsetcoach)

## Sternwanderung

Fast 50 begeisterte Wanderer haben bei tollem Wanderwetter bei der heurigen Sternwanderung der Gesunden Gemeinde im Oktober teilgenommen. Der Abschluss fand im Landgasthof Waldesruh statt.

**Danke an die Damen von der Nordic Walking Runde und den vielen Teilnehmern.**



## Weihnachtsduft liegt in der Luft

Auch heuer zog im November ein unwiderstehlicher Duft von Lebkuchen, Zimtherzen und anderen Köstlichkeiten durch die Küche des Kindergartens Gallspach. 19 Kinder bereiteten mit der Unterstützung von Christine Straßl, Margit Kogler und vielen Helferinnen weihnachtliches Gebäck zu. Die Kinder waren mit viel Freude und Spaß dabei und konnten zum Abschluss des Nachmittags ihre selbst gebackenen Kekserl verkosten. Die Gesunde Gemeinde freut sich, dass das Keksebacken mit Kindern jährlich so gut angenommen wird!

**Ich bedanke mich ganz herzlich bei Christine Straßl und Margit Kogler für die Organisation und bei Maria Schüller, Margit Engel, Ulli Schwentner, Hilde Grabner, Rosemarie Ludwig und Petra Gaubinger für die Mithilfe! Ihr macht den Kindern und vielen Müttern große kulinarische Freude!! AK-Leiter DI Dr. Peter Rohmoser**

*DI Dr. Peter Rohmoser, Arbeitskreisleiter Gesunde Gemeinde*

**Kontakt:** Lisa Jahn, 07248/62355-11 oder [lisa.jahn@gallspach.at](mailto:lisa.jahn@gallspach.at)