

Gallspacher Fensterlroas 2022

Unter dem Motto „Der Weg zum Christkind“ erleuchteten in Gallspach wieder die Fenster. Zahlreiche GallspacherInnen und Kinder wurden durch die wunderschön gestalteten Fensterl und dem besinnlichen Beisammensein während der drei gemeinsamen Roasen in eine vorweihnachtliche Stimmung versetzt.

Die Gesunde Gemeinde bedankt sich an dieser Stelle nochmals bei allen Gestaltern, Eigentümern, Gästen und Hermine Straßmaier (Master Mind der jährlichen Fensterlroas), dass Sie an der Fensterlroas 2022 teilgenommen haben.



Bezirkstreffen 2023

Das diesjährige Bezirkstreffen der Gesunden Gemeinden fand im Kursaal Gallspach statt. Es war ein sehr interessanter und informativer Abend. Von den 33 teilnehmenden Gemeinden, beteiligten sich 17 Gemeinden an einem Präventionspaket und 4 haben dieses Jahr mit einem Zielgruppenprojekt gestartet (darunter auch Gallspach). Die Gesunde Gemeinde Gallspach hat bereits den Fahrplan für die nächsten 3 Jahre erarbeitet. Das Thema des 3 jährigen Zielgruppenprojekt ist: „Fit ins Alter“.

(Fotos: Nicole Humer/Land OÖ)



DI Dr. Peter Rohmoser, Arbeitskreisleiter Gesunde Gemeinde
Kontakt: Simone Schürz, 07248 62355-11



Nordic Walking

Allgemein
jeden Montag
um 19.00 Uhr

Senioren
jeden Donnerstag
um 14.00 Uhr
(ab 04.05.2023 um 09.00 Uhr)

Treffpunkt: Hauptplatz

Positive Auswirkungen des Nordic Walking

- Steigerung der Kondition*
- Positive Wirkung auf die Atmungsorgane*
- Senkung der Blutfettwerte*
- Stärkung der Muskulatur*
- Senkung des Körpergewichtes*
- Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens*



Gesundheitstage und Hobbyausstellung

Im Zuge der „Gesundheitstage & Hobbyausstellung“ gab es wieder ein Gewinnspiel. Highlight dieses Gewinnspieles war die Frage Nr. 5: Zeichne eine Karikatur des Arbeitskreisleiters DI Dr. Peter Rohmoser. Da es am Sonntag einen Workshop über das Zeichnen von Karikaturen mit Rupert Hörbst gab, entstanden hier wirklich ein paar tolle Karikaturen.

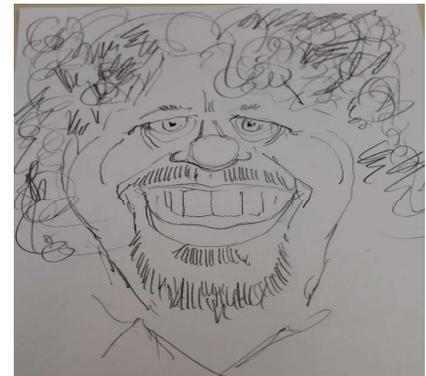
Natürlich gab es wieder super Preise zu gewinnen:

**1. Platz: Bratl in der Rein (für 10 Personen)
im Landgasthof Waldesruh**

2. Platz: Familien-Saisonkarte für das Naturerlebnisbad Gallspach

3. Platz: 30,00 Euro Vitalwelt-Gutscheine

Leider waren bei der Verlosung am Sonntag nicht alle gezogene Gewinner anwesend, sie wurden jedoch am nächsten Tag telefonisch von ihrem Gewinn benachrichtigt.



Neues Zielgruppenprojekt

Anfang des Jahres wurde dem Arbeitskreis der Gesunden Gemeinde das neue Konzept von Regionalbetreuerin Nicole Humer erklärt.

Das neue Konzept bietet den Gesunden Gemeinden drei verschiedene Jahresprogramme an, wovon der Arbeitskreis eines festlegen kann und dieses dann in den folgenden Jahren verfolgt. Die Gesunde Gemeinde Gallspach hat sich neben dem bestehenden Aktivitäten (z.B. Yoga, Sternwanderung, Nordic Walking, ...) für das „3 Jahres-Zielgruppenprojekt“ entschieden, bei dem ein nachhaltiges Projekt mit einer definierten Zielgruppe in den folgenden 3 Jahren umgesetzt werden muss. Das Thema ist: „Fit ins Alter“! Der Arbeitskreis der Gesunden Gemeinde hat bereits ein Konzept erarbeitet und es wird demnächst die erste Aktivität geben. Nähere Informationen folgen.

