

Protokoll der „Ideenwerkstatt“ der Gesunden Gemeinde am Mittwoch, 28.10.2015



Beginn: 19.30 Uhr

Ende: 21.00 Uhr

Ort: Sitzungssaal der Marktgemeinde Echtsenbach

Teilnehmer: laut Anwesenheitsliste

AL Maria Kletzl eröffnet die Informationsveranstaltung und begrüßt alle anwesenden Teilnehmer, darunter unsere Regionalbetreuerin Elisabeth Kramreiter.

1. Laufende Veranstaltungen

- In Kooperation mit dem Roten Kreuz Allentsteig wird derzeit ein Säuglings- und Kindernotfallkurs abgehalten.
- Seit 13. Oktober 2015 findet ein Selbstverteidigungskurs (5 Einheiten), geleitet von der Sportunion Bushido statt.
- Am 22. Oktober 2015 startete das von Doris Weiß angebotene Eltern-Kind-Turnen im Turnsaal der Volksschule Echtsenbach.

2. Rückblick über Vergangene Veranstaltungen

- Am 9. Mai fand eine Kräuterwanderung mit Markus Dürnberger statt.
- Die Marktgemeinde Echtsenbach nahm am 19. Juni bei der 88.6 Stepper Challenge statt.
- Der „Tut gut“-Schrittweg wurde am 19. Juni eröffnet.
- Der Vortrag „Glücksforme(l) – Wege zum Glücklichein“ mit Mag. Natalia Ölsböck fand am 25. Juni statt.
- DI Sabina Achtig von Natur im Garten referierte am 23. September zum Thema „Quer durch den Gemüsegarten“

3. Kommende Veranstaltungen

- 27. Jänner 2016, 19.30 Uhr, Vortrag „**Quer durch den Gemüsegarten**“ mit DI Sabina Achtig (2. Teil) im Gasthaus Mayrhofer, Freier Eintritt
- 3. März 2016, 19.30 Uhr, Vortrag „**Laufen die Dinge nicht so wie du denkst, denk anders**“ mit Christine Hackl im Gasthof Klang

4. Homepage

Die Teilnehmer werden darauf hingewiesen, dass auf der Homepage der Marktgemeinde Echtsenbach laufend die aktuellen Termine, News und Protokolle der Gesunden Gemeinde Echtsenbach veröffentlicht werden.

5. Vortrag von Christine Hackl

Elisabeth Kramreither weist uns darauf hin, dass Vorträge von Christine Hackl seitens der Initiative „Tut gut“ nicht mehr gefördert werden.

Im Oktober fand in Windigsteig der gleiche Vortrag von Christine Hackl statt. Es wird überlegt, ob wir uns vielleicht für ein anderes Thema entscheiden sollen.

6. „Gesunde Gemeinde“-Tag

Am 26. November findet der „Gesunde Gemeinde“-Tag in Grafenegg statt. Im Rahmen dieser Veranstaltung erhält die „Gesunde Gemeinde Echtsenbach“ die Grundzertifizierung verliehen.

7. Ideensammlung für das Jahr 2016

- Aloisia Derin teilt mit, dass sie mit Dr. Christine Saahs (Kinderärztin) betreffend eines Workshops zum Thema „Alternative Hausapotheke für Kinder“ in Kontakt ist. Hierbei handelt es sich um einen Tagesworkshop. Geplant ist der Workshop für März 2016. Die Gesamtkosten würden sich auf ca. € 650,- belaufen. Der Workshop würde im Arinio Zentrum für Körper- und Energiearbeit stattfinden.
- Ein Vortrag mit Dr. Weidinger zum Thema „TCM Ernährung und Kräuterlehre“ wird durch Aloisia Derin geplant.
- Bei der Kräuterwanderung im Mai kam bereits die Anfrage, ob man diese nicht in einer anderen Jahreszeit wiederholen könnte. Dazu wird nun der Vorschlag eingebracht, die Kräuterwanderung eventuell mit einem anschließenden Workshop zu kombinieren. z. B. Herstellung von Salben, Deos, Seifen, usw. mit den gefundenen und gesammelten Kräutern.
- Generationenübergreifendes Projekt
z.B. Senioren/Großeltern erzählen was bzw. womit sie früher gespielt haben. Diese Spiele werden von Kindern nachgespielt bzw. Spielsachen werden gebastelt.
Das Projekt könnte vielleicht in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbund und der Volksschule umgesetzt werden.
- Ein Vortrag zum Thema „Burnout“ soll organisiert werden. Möglicher Ansprechpartner hierfür wäre die Caritas.

8. Sonstiges

- Elisabeth Kramreither teilt mit, dass seitens der Initiative „Tut gut“ zum Thema „gesunde & ausgewogene Ernährung“ ein kostenloser Workshop zu unterschiedlichen Themen für Schüler ab dem 8. Lebensjahr angeboten wird. Roswitha Scharf (Direktorin VS) wird den Workshop wahrscheinlich für die Volksschule buchen.

- Von Vzbg. Wolfgang Sinhuber wurden im Vorfeld bereits Informationen zum Thema „Gesundes Grillen“ eingeholt:
Eine Veranstaltung zum Thema „Gesundes Grillen“ wurde über die Gesunde Gemeinde Schweiggeners bereits einmal organisiert. Dabei gab es einen Vortrag „Gesundes Grillen“ von Dipl.-Päd. Petra Nemeč von der eNu und gegrillt wurde anschließend von Grillweltmeister Adi Matzek.
- UGR Bernhard Unterweger teilt mit, dass im kommenden Jahr durch den Umwelt- & Energieausschuss eventuell ein „Klimatag“ geplant wird. Dazu informiert Elisabeth Kramreither, dass die Initiative „Tut gut“ derzeit an einem Angebot zum Thema „Auswirkung des Klimas auf die Gesundheit“ arbeitet.