

**Protokoll der „Ideenwerkstatt“ der Gesunden
Gemeinde am Mittwoch, 13.10.2021**



Beginn: 19.30 Uhr

Ende: 21.20 Uhr

Ort: Sitzungssaal der Marktgemeinde Echtsenbach

Teilnehmer: Maria Kletzl, Elisabeth Kramreiter, Gerhard Schiefer, Bettina Hofmann, Katharina Layr, Sonja Höchtl

AL Maria Kletzl eröffnet die Ideenwerkstatt und begrüßt alle anwesenden Teilnehmer.

1. Rückblick Veranstaltungen

Coronabedingt fanden in den letzten Monaten nur sehr wenige Veranstaltungen statt.

- Am 17.10.2020 fand der Workshop „Tut gut und macht gesund – Wickel & Co“ mit Wickelexpertin Margit Klemmer statt.
- Eine Kräuterwanderung mit Gerda Holzmann gab es am 17.09.2021. Im Anschluss daran wurde Oxymel hergestellt.
Für die Projektplanung „Mit Kräutern durch die Jahreszeiten – Schätze am Wegesrand“ erhielt die Gesunde Gemeinde Echtsenbach die Plakette.
- Seit Juni findet wieder jeden 1. Montag im Monat der Wandertreff statt.

2. Kommende Veranstaltungen

- Erste-Hilfe-Kurs (8 Stunden) mit dem Roten Kreuz Allentsteig am 10. und 17. November 2021, jeweils von 18.00 bis 22.00 Uhr

3. Neues von der Initiative „Tut gut!“

Unsere Regionalbetreuerin Elisabeth Kramreiter informiert über Neuigkeiten der Initiative „Tut gut!“

- In den letzten Monaten wurde ein **neues Branding** entworfen. Jede Gesunde Gemeinde bekommt ein neues Logo. Webauftritte und Plakatvorlagen wurden angepasst.
- Im Herbst liegt der Schwerpunkt der Initiative „Tut gut!“ auf der mentalen Gesundheit. Dazu gibt es in den nächsten Wochen **5 kostenlose Online-Vorträge**.
„Glücksforme(l)n – Wege zum Glückhichsein“ am 18.10.2021 um 19:00 Uhr
„Stress lass nach- Mein Weg zu mehr Gelassenheit“ am 3.11.2021 um 19 Uhr
„ICH - einmal anders!“ am 16.11.2021 um 19 Uhr
„Weisheit kennt kein Alter!“ am 29.11.2021 um 19 Uhr
„Herzensangelegenheiten“ am 14.12.2021 um 19 Uhr
Anmeldung und weitere Informationen auf der Homepage von „Tut gut!“ (www.noetutgut.at)
Außerdem gibt es derzeit auch ein Gewinnspiel auf der Homepage.

- **„tut gut“-Wandererwachen:** Findet in ganz NÖ am 24. April 2022 statt. Anmeldung bis spätestens 13. März 2022. Für die Teilnahme muss eine Wanderveranstaltung organisiert werden.
- Das **Demenz-Service NÖ** bietet eine Informationsveranstaltung für Betroffene und deren Angehörige an.
- Bei den Vortragsangeboten „Mentale Gesundheit“ gibt es zusätzlich zu den bereits bekannten Themen ein neues Angebot: **„Weisheit kennt kein Alter! Die zweite Lebenshälfte mit Freude meistern“**

4. Ideensammlung für zukünftige Veranstaltungen/Projekte

- Gerhard Schiefer teilt mit, dass er Dr. Dietmar Weixler (Präsident der Österreichischen Palliativ Gesellschaft) fragen könnte, ob er für einen Vortrag zu den Themen Erwachsenenvertretung, Patientenverfügung, Palliativ, Pflegestufen, usw. zur Verfügung stehen würde. Durch seine Arbeit im LK Horn kennt Gerhard auch Spezialisten zu anderen Themen, die eventuell Vorträge halten würden.

Im Frühjahr 2022 könnte eine Vortragsreihe zu folgenden Themen geplant werden:

- Erwachsenenvertretung, Patientenverfügung, Palliativ, usw.
- Physiotherapie, Bewegungsübungen, Tapen
- Neurologische Erkrankungen (Demenz, Parkinson, Multiple Sklerose, usw.)

Es wird ausgemacht, dass Gerhard einmal nachfragt, ob sich Vortragende finden und welches Honorar diese verlangen würden.

Möglicher Titel für die Vortragsreihe: **Starte gesund ins neue Jahr**

Ideenvorschläge für den Vortrag Erwachsenenvertretung:

- Mein Weg, mein Wunsch, mein Wille
- Selbstbestimmt und mit Würde bis zum Lebensende

- Katharina Layr fragt, ob es möglich wäre eine Art Wochenmarkt mit Landwirten aus der Gemeinde oder Umgebung zu organisieren. Dies ist nicht so einfach, da für die Abhaltung von Märkten die Gemeinde eine Verordnung erlassen muss.
- Sonja Höchtel bringt die Idee ein im Frühjahr einen Pflanzentauschtag abzuhalten. Hier kann jeder Jungpflanzen, Saatgut oder auch Stauden udgl. mit anderen tauschen oder verschenken. Zu diesem Tag könnte man vielleicht auch den „Natur im Garten“-Bus anfordern. Im Herbst könnte dann ein „Erntetauschtag“ abgehalten werden, wo übriges Obst und Gemüse aus dem eigenen Garten getauscht werden kann.
- Katharina Layr hat die Idee im Sommer ein Beachvolleyballturnier in der Freizeitanlage zu veranstalten. Sie würde auch die Organisation übernehmen. Dieses Thema soll noch genauer besprochen werden.