

## Protokoll der „Ideenwerkstatt“ der Gesunden Gemeinde am Donnerstag, 15.06.2016

Beginn: 19.30 Uhr

Ende: 21.30 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. Rückblick über vergangene Veranstaltungen**

- Peter Kobelhirt gastierte mit seiner Kochshow „Pflanzliche Powerküche“ an zahlreichen Terminen im Gesundheitszentrum Arinio.
- Am 23. April 2016 fand ein kostenloser skike Schnupper-Infotag (Cross-Skating) mit René Zahrl am Festgelände statt.
- Auf Initiative von Kerstin Scharf findet seit 1. Juni immer am ersten Mittwoch im Monat ein Zwergaltreff für Kinder von 0 - Kindergartenbeginn in Echtsenbach statt.
- Am 6. Juni startete Herta Steindl mit dem smovey Sommer Workout, welches jeden Montag stattfindet.

### **2. Kommende Veranstaltungen**

- 21. September 2016, 19.30 Uhr, Vortrag „Ist die Depression weiblich und Burnout männlich?“ im Gasthof Klang, Eintritt frei

### **3. Ideensammlung für Veranstaltungen und Aktivitäten im Herbst**

- Die Caritas bietet Vorträge zum Thema „Demenz“ an. Da dieses Thema immer mehr Menschen betrifft, soll im Herbst (November) ein Vortrag organisiert werden. Thema: Wenn Angehörige an ihre Grenzen stoßen
- Die Polizei bietet über die Gesunde Gemeinde die Aktion „Kinderpolizei“ an. Es wird vorgeschlagen, diese Aktion bei einer Veranstaltung miteinzubeziehen. Aloisia Derin teilt daraufhin mit, dass die Kinderpolizei vor einigen Wochen erst in der Volksschule Echtsenbach zu Gast war.
- Es wird darüber gesprochen, einen Vortrag mit Univ. Prof. Dr. Rotraud Perner zu organisieren. Elisabeth Kramreither teilt dazu mit, dass es für Vorträge von Frau Perner sehr lange Wartezeiten gibt.
- Im Mai 2015 wurde in unserer Gemeinde eine Kräuterwanderung, geleitet von Markus Dürnberger, organisiert. Diese stieß auf reges Interesse. Es gab mittlerweile schon des Öfteren den Wunsch, wieder eine Kräuterwanderung zu

machen.

Es wird nun die Idee vorgebracht, die Kräuterwanderung mit einer „gesunden Jause“ abzuschließen, wobei gesammelte Kräuter zu einem Aufstrich verarbeitet werden.

Aloisia Derin bietet an, bei der Kräuterwanderung auch eine kurze Meditation zu machen, eventuell im Steinkreis bei der Freizeitanlage.

#### **4. Klima- und Gesundheitstag**

Von der Initiative „Tut gut“ wird zurzeit noch immer an einem Projekt zum Thema „Klima und Gesundheit“ gearbeitet. Dies soll wahrscheinlich bis Herbst 2016 fertig geplant sein. Dann werden Pilotgemeinden für dieses Projekt gesucht. Unsere Regionalbetreuerin Elisabeth Kramreither wird uns als Pilotgemeinde vorschlagen.

#### **5. Sonstiges**

- Gerald Grahofer macht derzeit eine Ausbildung zum Fitness- und Personaltrainer. Für den Sommer 2017 hat er angedacht, eine „Spiel- und Sportwoche“ zu den Themen Bewegung und Ernährung für Kinder anzubieten. Genauere Infos folgen, sobald diese bekannt sind.