

# Gesunde Gemeinde



## Gesunde Gemeinden sind die Basis für ein gesundes Oberösterreich

Gesunde Gemeinden unterstützen und stärken das Gesundheitsbewusstsein ihrer Bevölkerung und bemühen sich um die Schaffung gesundheitsfördernder Lebensbedingungen in ihrer Gemeinde. Die Bedürfnisse der Bürgerinnen und Bürger bilden die Grundlage für die Ziele und Maßnahmen. Die Abteilung Gesundheit unterstützt die Gesunden Gemeinden mit zahlreichen Angeboten.

Auch die Marktgemeinde Aspach beteiligt sich seit Mitte 2010 mit einem Arbeitskreis aktiv an Projekten im Rahmen der Gesunden Gemeinde.

Aspach ist in der guten Situation, dass es mit dem REVITAL Aspach und dem KNEIPP-KURHEIM der Marienschwestern für dieses Projekt - Gesunde Gemeinde - prädestiniert ist.

Wir verstehen uns daher vorrangig als Initiator und Koordinator und wollen die oben genannten Betriebe aber auch die Schulen und Sport- und Turnvereine der Gemeinde unterstützen die Themen, basierend auf den 5 Säulen:

1. Ernährung
  2. Bewegung
  3. Gesundheitsvorsorge
  4. Psyche – Stress, Sucht, usw.
  5. Umwelt
- stärker in der Bevölkerung zu verankern.



Als eine der Aktivitäten wurde am 11. Sept. 2010 bei tollem Wetter und mit Unterstützung der Regionalbetreuerin Fr. Maria Wimmer eine Bezirkswanderung in Aspach, unter Teilnahme von ca. 20 Personen aus dem Bezirk Braunau, veranstaltet. Der gemütliche Abschluss fand im Cafe „Einkehr“ im Kneippkurheim statt.

## Weitere Aktivitäten und Termine:

### Sternwanderung nach Höhnhart am Staatsfeiertag, 26.10.2010

Dabei werden Wanderfreudige aus den umliegenden Gemeinden in Höhnhart erwartet.

**Treffpunkt und Start wird voraussichtlich um 14.00 Uhr beim Gemeindeamt Aspach sein.**

Wir freuen uns, wenn viele GemeindebürgerInnen daran teilnehmen.

### Turnverein Wildenau: Turnprogramm 2010/11

**Dienstag:** 18:00 - 19:30: Jungturnerinnen (10-18 Jahre) • 19:30 - 20:30: Aerobic für Jedermann/frau

**Mittwoch:** 16:00 - 17:00: Kleinkinder (3-6 Jahre) • 18:00 - 19:30: Jungturner (6 – 14 Jahre)

**Donnerstag:** 17:30 - 19:00: Jungturnerinnen (6-10 Jahre) • 20:00 - 21:00: Gesundheitsturnen

**Freitag:** 18:00 - 19:30: Jungturnerinnen (10-18 Jahre) • 20:00 - 21:30: Männerturnen

**Samstag:** 18:00 - 19:30 Rock your body – Showtanzgruppe (12 -16 Jahre)

Für den Arbeitskreis  
GR Georg Gurtner