
AKL Gurtner Georg , 5252 Aspach, Im Lerchenfeld 3 – email:gurtner@utanet.at – Tel: 0676/3229024

Tätigkeitsbericht für 2011

Da die Marktgemeinde Aspach im Sommer 2010 beschlossen hat am Qualitätszertifikat des Land OÖ teilzunehmen, wurden Maßnahmenplanungen durchgeführt die sich über 3 Jahr (2011-2013) hinziehen und umgesetzt werden sollen.

Die geplanten Aktivitäten der Gesunden Gemeinden sind in der Jahresplanung aufgeführt und sind im Anhang ersichtlich. In Vorbereitung zur Jahresplanung wurde viele Gespräche mit Kurheim Aspach (BL Hawlik Maximilian), dem Revital Aspach (Dr.Gerhard Beck), sowie der Hauptschule Aspach (Dir. Oberleitner Erika) und dem Kindergarten Aspach (Leiterin Eichseder Elfriede) sowie dem TV Wildenau (Obm.Hörandtner Günther) geführt.

Im Rahmen der Jahresplanung wurde die Zusammenarbeit mit den umliegenden Gemeinden Höhnhart, Roßbach und St.Veit/l. gesucht und gefunden. In einer gemeinsamen Sitzung im GH Brunbauer wurde vereinbart dass bei der Programmerstellung auf gemeinsame Veranstaltungen geachtet werden soll und die Bewerbung und Durchführung gemeinsam erfolgen soll .

Ein wichtiger Partner in der Umsetzung sollten der Kindergarten, Volksschule und Hauptschule werden.

Im Feb. 2011 wurde mit Fr. Dir. Oberleitner vereinbart die Gesunde Jause in der Schule zu forcieren um den Kindern bewusst zu machen wie wichtig eine ausgewogene Ernährung für deren Wohlbefinden und Steigerung der Konzentrationsfähigkeit ist. Fr.Dir. Oberleitner und der Lehrkörper nahmen mit Fr. Pollhammer Barbara aus Kleinschneid Kontakt auf um zu klären ob eine Durchführung durch diese möglich wäre. Fr. Pollhammer war sofort bereit dies zu tun und beliefert seither 1 x wöchentlich die Hauptschule mit hausgemachten Produkten die von den Kindern (Lt.Fr.Dir.Oberleitner) sehr gut angenommen werden. Die Durchführung erfolgt nach den Vorgaben des Landes OÖ.

2.3.11 Informationsabend Stammtisch für pflegende Angehörige am Marktgemeindeamt in Aspach. Beginn war um 19.30 Uhr.

Fr. Lechner Monika vom Land OÖ erklärte die Sinnhaftigkeit eines Stammtisches für pflegende Angehörige. Aus Untersuchungen weiß man das Personen die Angehörige pflegen ein hohes Risiko haben an Burn-Out zu erkranken. An diesem Treffen haben

neben DKGS Ratzinger Michaela die Mitglieder des Ausschusses Gesunde Gemeinde teil. An diesem Abend wurde der genau Ablauf für den 1. Stammtisch besprochen

23.3.11 An diesem Tag war 1 Stammtisch im GH Danzer in Aspach. Als Referentin war Fr. Hinterleitner vom Land OÖ anwesend, die den Anwesenden die Wichtigkeit von Auszeiten und Informationsbeschaffung zu diesem Thema darstellte.

Seither findet dieser Stammtisch monatlich, immer am letzten Mittwoch im Monat im GH Danzer statt. Beginn ist jeweils um 19.30 Uhr. Leiterin: DKGS Ratzinger Michaela.

6.4.11 Vortrag Burn-Out im Kneippkurheim in Aspach

7.5.11 In Zusammenarbeit mit der ÖFB (Frauenbewegung) wurde eine Kräuterwanderung unter der Leitung von Kindergartenpädagogin Baier Andrea durchgeführt. Dabei wurden speisefähige Wildkräuter gesammelt und gemeinsam verkocht.

09.05

bis 16.5.11 Hörpavillon in der Hauptschule Aspach. In dieser Woche wurde ein vom Land OÖ zur Verfügung gestellter Hörpavillon aufgestellt. Mit diesem sollte der Einfluss von Lärm auf das Verhalten von Kindern dargestellt werden und den Kindern bewusst gemacht werden, welche Folgen eine permanent laute Umgebung auf ihre Gesundheit- und Hörfähigkeit hat.

19.5.11 Auf Anregung von Hrn. Gurtner Georg wurde in Zusammenarbeit mit dem Revital Aspach Hr. Grünsteidl Jürgen ein Lauf- und Nordic Walking Treff in's Leben gerufen. Seither wurde wöchentlich am Donnerstag unter fachlicher Anleitung von Physiotherapeut Jan Kotrch gelaufen und gewalkt. Mit Umstellung auf die Winterzeit wurde das Training in die Räumlichkeiten des Revital verlegt wo dann abgestimmt auf die jeweiligen Bedürfnisse der Teilnehmer trainiert wurde. An diesen Trainingseinheiten nahmen regelmäßig zw. 5 – 10 Personen teil.

Zwischen den Trainingseinheiten hatten wir jedoch auch Zeit uns den „Gesunden kulinarischen Genüssen“ hinzugeben. Grünsteidl Jürgen, Gourmetkoch im Revital Aspach und unser Physioth. Jan Kotrch kochten MIT UNS ein wunderbares Rindersteak samt Beilagen und servierte dazu einen guten Rotwein.

Wie man sieht waren ALLE voll bei der Sache...



07.11.11 Stammtisch pflegender Angehöriger – Besichtigung des Sanitätshauses Neumann in Ried/I. Teilnehmer: 7 Pers.

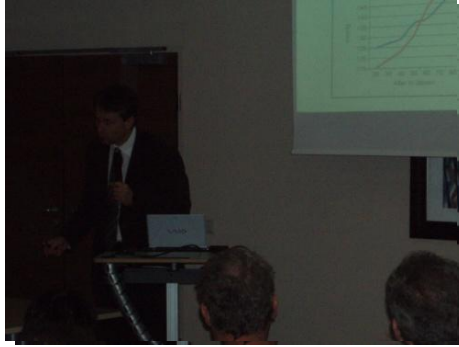
18.11. 2011 Vortrag - Univ. Doz. Prim. Dr. Johann Auer vom KH Braunau referierte im Revital Aspach vor rd. 80 Interessierten Zuhörern zum Thema Herz-Kreislauf-Schlaganfall.

Nach Begrüßungsworten durch den Ärztlichen Leiter des Revital Dr. Bendorf Roger dankte AKL Gurtner Georg dem Vertreter des Revital für die kostenlose zur Verfügungstellung der Räumlichkeiten sowie den anwesenden Gemeindevertretern der Gemeinde Aspach Vbgm. Gattringer, Bgm. Franz Kneissl von der Gemeinde St.Veit/I., dem anwesenden Gemeindearzt Dr.Reisinger für ihr Kommen, den Anwesenden für deren Besuch sowie dem Referenten für seine Bereitschaft diesen Vortrag OHNE HONORAR zu halten. Als Dank wurde ihm ein „GESUNDER GESCHENKSKORB“ (Produkte aus den Gemeinden Aspach-Höhhart-Rossbach-St.Veit/I.) überreicht.

Prim. Auer verweist in seinem leicht verständlichen Vortrag auf die Risikofaktoren Bluthochdruck , Bewegungsmangel und falsche Ernährung die die Hauptursachen für Herzinfarkt und/oder Schlaganfall sind.

Im Anschluss an das Referat konnten die Zuhörer Fragen an ihn stellen. Am Ende der Fragen/Antwortrunden wurde das Thema – Schließung des Herzkathederlabor in Braunau/Simbach - von einem Zuhörer aufgegriffen und wurde darüber sehr ausführlich und emotional diskutiert.

Am Ende der Veranstaltung wurden die Zuhörer zu Fingerfood im Foyer des Revital geladen. (Eintritt war € 5,00)



30.11.11 Stammtisch pflegender Angehöriger – Vortrag über Förderungen im Sozialbereich durch Fr. Kräutner vom SHV Braunau/I.

30.11.2011 bis Jänner 2012 Fitnessprogramm FIT DURCH DEN WINTER

Unter Anleitung von Physioth. Jan Kotrch wird wöchentlich, Mittwochs um 20 Uhr in der Turnhalle der HS Aspach trainiert. Dzt. nehmen rd. 18 Teilnehmer daran teil.