

Aktivitäten 2017

Regionalbetreuerin:
Mag. Doris Rauch



Mitarbeiter/-innen im Jahr 2017:

Dipl. Body- & Vitaltrainer Edi Schinkinger, Sandra Neundlinger (Gemeindeamt), Max Öller, Michaela Pfeil, Kräuterpädagogin Irmi Kaiser, Dr. Viktoria Nader, Natassia Zinöcker, Lucia Peinbauer (Volkshilfe), Gabi Gierlinger, Beate Morawek, Bgm. Karl Kapfer, Vzbgm. Manuel Krenn und Dr. Katharina Fegerl.

Mondscheinwanderung

Am 12.01. und 09.02.2017 wurden mit Dipl. Body- & Vitaltrainer Edi Schinkinger wieder Wanderungen im Mondschein angeboten. Ca. 5 Personen nahmen jeweils an den Wanderungen teil.

„Entrümpeln Sie Ihr Leben“ – Vortrag von Dr. August Höglinger

Bei der Gemeinschaftsveranstaltung der Gesunden Gemeinden Oberkappel, Neustift, Pfarrkirchen und Hofkirchen am 27. Jänner 2017 im GH Wundsam in Neustift, drehte sich alles um das Thema „Entrümpeln Sie Ihr Leben“. Über 200 Besucher waren aus Nah und Fern gekommen, um den Worten von Dr. August Höglinger zu lauschen. Mit seiner mitreißenden und humorvollen Art erklärte er uns, wie man Gerümpel im Haus, Körper, Seele und Geist oder in der Beziehung loswerden kann.



Vortrag „Nahrungsmittelunverträglichkeiten“

Zahlreiche Besucher folgten der Einladung zum Vortrag „Nahrungsmittelunverträglichkeiten“ von Diätologin Andrea Kasper-Füchsl. Der Körper macht mit Symptomen wie juckender Haut, Blähungen, Kopfschmerzen, etc. darauf aufmerksam, dass bestimmte Nahrungsmittel nicht vertragen werden. Anschaulich erklärte Frau Kasper-Füchsl die Ursachen sowie die Diagnose- und Therapiemöglichkeiten einer Fruktose-, Laktose- und Histaminunverträglichkeit.

Im letzten Teil des Vortrags erklärte sie die seit Dezember 2014 für alle Gastronomiebetriebe verpflichtende Allergenkennzeichnung und wie Betroffene diese Information für sich nutzen können.

Der Vortrag war eine Gemeinschaftsveranstaltung der Gesunden Gemeinden Hofkirchen, Oberkappel, Neustift und Pfarrkirchen.



Schigymnastik

Bei der Schigymnastik in Oberkappel und Mollmannsreith wurden mit Dipl. Body- & Vitaltrainer Edi Schinkinger wieder fleißig Koordination, Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit trainiert.

Tag des Apfels am 10. November 2017

Gemeinsam mit der Ortsbäuerin Sabine Schinkinger wurden wieder gesunde Äpfel an die Kindergarten- und Volksschulkinder, sowie an die Raiffeisenbank, an den Gemeindefarzt und ans Gemeindeamt verteilt.



„Der Traum vom 1. Weltcupsteg – Ein Blick hinter die Kulissen“ – Vortrag von Skispringer Markus Schiffner

Bei dem Gemeinschaftsvortrag der Gesunden Gemeinden Oberkappel, Neustift, Pfarrkirchen und Hofkirchen am 10. November 2017 im GH Froschauer in Hofkirchen, erzählte Skispringer Markus Schiffner den über 100 Besuchern, wieviel Entbehrung, Blut, Schweiß und Tränen es erfordert, bzw. wieviel Motivation notwendig ist, dies Träume eines Jugendlichen in die Realität umzusetzen. Zusätzlich erhielten die Zuhörer einen Blick hinter die Kulissen des ÖSV Skisprungteams sowie die Möglichkeit die eine oder andere Frage an den Skisprungstar des Bezirkes Rohrbach zu stellen.



Gesunde Schuljause in der Volksschule Oberkappel

Regelmäßig wird den Kindern in Zusammenarbeit mit dem Elternverein eine gesunde Schuljause angeboten. Dabei gibt es frisches Obst und Gemüse, Vollkornbrote mit gesunden Aufstrichen, Milch und Milchprodukte, gesunde Säfte und vieles mehr.

Verteilung von überschüssigem Obst und Gemüse an Asylwerber

Wie bereits in den Vorjahren wurde diese Aktion wieder angeboten. Immer wieder werden Äpfel, Nüsse, Zwetschken, je nach Saison im Asylheim abgegeben. Die Bewohner freuen sich sehr über diese gesunden Geschenke.