

## Aktivitäten 2019

Regionalbetreuerin:

Bis Juli 2019: Mag. Doris Rauch

Ab Juli 2019: Mag. Martina Honsig

### Mitarbeiter/-innen im Jahr 2019:

Arbeitskreisleiterin Sandra Neußl, Sandra Neundlinger (Gemeindeamt), Dipl. Body- & Vitaltrainer Edi Schinkinger, Lucia Peinbauer (Volkshilfe), Natassia Zinöcker, Regina Krenn, Bgm. Karl Kapfer, Daniela Schwarzbauer.

## Mondschein-Schneeschuhwanderungen

Am 18.01. und 15.02.2019 wurde mit Dipl. Body- & Vitaltrainer Edi Schinkinger wieder im Mondschein durch den Schnee gewandert.

## Yoga-Kurs

Vom 25. Februar bis 29. April 2019 fand heuer wieder ein Yoga-Kurs statt. In diesem Jahr erstmals mit der Yoga-Trainerin Claudia Bartha-David aus Oberkappel.

## Schigymnastik

Bei der Schigymnastik in Oberkappel und Mollmannsreith wurden mit Dipl. Body- & Vitaltrainer Edi Schinkinger von Oktober bis Dezember wieder fleißig Koordination, Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit trainiert. 19 Personen nahmen am Training in Oberkappel teil, 12 in Mollmannsreith.



## Jugendturnen

Erstmals gab es heuer auch ein eigenes Sportprogramm für die Jugend. An 8 Abenden von Oktober bis Dezember trainierte Dipl. Body- & Vitaltrainer Edi Schinkinger gemeinsam mit den Kindern und Jugendlichen.



## Tag des Apfels am 08. November 2019

Wie schon in den vergangenen Jahren wurden auch heuer wieder gesunde Äpfel im Kindergarten, in der Volksschule, in der Raiffeisenbank, beim Gemeindefarmer und am Marktgemeindeamt verteilt.



## 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.