

Gesunde Gemeinde Hönnhart



Wanderung ums Ibmer Moor am 04.09.2010 geführt von Frauscher Helmut, der uns durch die Führung und durch sein Wissen viel Freude bereitete. Das Moor bietet Erholung, einen Bereich zum Besinnen, Erleben und Energietanken – Energie von 100erten von Jahren. Die Führung war informativ, unser Wissen wurde bereichert durch viele neue Eindrücke, Blumen und Pflanzen. Besonders beeindruckend war der Sommertau, den wir mit der Lupe genau betrachteten. Die Arbeitsgruppe der Gesunden Gemeinde Hönnhart freut sich in Zukunft auf eine rege Teilnahme der Bevölkerung, so u.a. am Seniorenfitness, Nordic Walking in Hönnhart, der Sternwanderung am 26.10. oder dem Vortrag „Gesund älter werden“ am 03.11.



Hallo Freunde des gesunden Schwitzens!

Ab Freitag, den 01. Oktober 2010, hat wieder die SAUNA in der Volksschule Hönnhart geöffnet

Folgende Öffnungszeiten sind vorgesehen:

Jeweils **Freitags:**

Frauen /Mädchen:
16.30 bis 18.30 Uhr

Männer/Burschen:
18.30 bis 20.30 Uhr

Saunaaufsicht:
Schulwart Franz Maier

Das **Kleine Sauna-Einmaleins**, das man beachten sollte!

- × Gehen Sie nie mit vollem Magen in die Sauna!
- × Nikotin oder Alkohol sind während des gesamten Aufenthalts in und um die Sauna absolut tabu!
- × Schmuck und Uhr abnehmen!
- × Tragen Sie zu Ihrer Sicherheit Badesandalen!
- × Immer auf's trockene Badetuch setzen!
- × Acht bis zwölf Minuten Sauna genügen völlig, das Maximum von 15 Minuten sollte nicht überschritten werden!
- × Immer auf das richtige Wohlbefinden achten, keine Übertreibungen jeglicher Art!
- × Nach dem Schwitzen unbedingt abkühlen!
- × Drei Saunagänge sind optimal, und zwischendurch eine kleine Pause einlegen!

Viel Spaß beim „Abschalten und Schwitzen“ in der Sauna!

Wir ersuchen Sie höflich, Ihre Bestellung bis spätestens 14. Mai 2010 beim Gemeindeamt abzugeben. Das kann auch telefonisch bei Herrn Anton Binder (07755 / 5115 – 12) erfolgen. Wir werden Sie informieren, wenn die bestellten Mülltonnen ausgeliefert werden.

Grillkochkurs für Männer



6026).

Die Gesunde Gemeinde veranstaltet zur Eröffnung der Grillsaison einen Grillkochkurs für Männer. „**Bewusst gesundes Grillen**“ heißt die Devise. Den Kurs hält der Gastwirt Walter Brunnbauer persönlich. Er findet am **Donnerstag, 27. Mai statt und beginnt um 19 Uhr** beim GH Brunnbauer. Da der Grillkochkurs nur bei Schönwetter stattfinden kann, gibt es auch einen Ausweichtermin. Das wäre Donnerstag, der 10. Juni 2010.

Teilnehmergebühr: 8 Euro pro Person

Anmeldungen bei Walter Brunnbauer (07755 / 6211) oder bei der Arbeitskreisleiterin der Gesunden Gemeinde Johanna Hintermair (07755 /

Das war doch bestimmt meine letzte Zigarette!



Die „Plattform rauchfreie Gemeinde“ bietet am **Samstag, 3. Juli, um 10.00 Uhr** im Gasthof Mayrbräu, Linzer Straße 13, 5280 Braunau am Inn ein Seminar „**Rauchfrei in 5 Stunden – ohne Entzugserscheinungen oder Gewichtsprobleme**“ an.

Seminarleitung“ Gabriele Schwab. Das Seminar ist für alle Lehrlinge sowie für alle Jugendlichen (bis zum 18. Lebensjahr), für werdende und stillende Mütter kostenlos. Für alle anderen Personen kostet das Seminar 160 Euro.

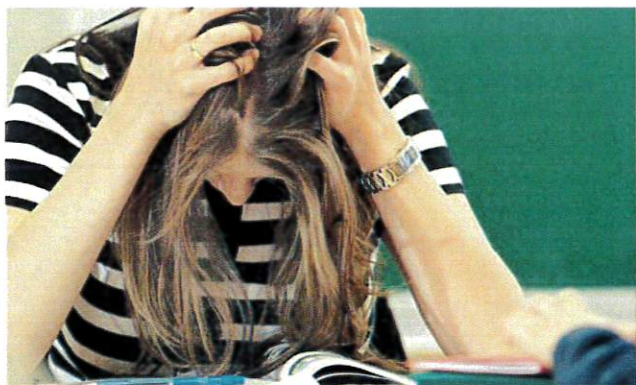
Anmeldung, weitere Termine und Infos unter:

Plattform Rauchfreie Gemeinde, Salzburger Str. 22a, 83404 Mitterfelden. Telefon 0800 – 2100 23 (kostenfrei).

„Unser Leben am Kobernaußerwald“

Dieser Film wurde kürzlich im GH Brunnbauer vorgestellt und hat großes Echo gefunden. Die **Doppel-CD** kostet 22 Euro, eine einzelne 12 Euro. Abholungen sind jederzeit im Gemeindeamt möglich. Der Film zeigt Menschen, Brauchtum, Handwerk und Musik der Region am Kobernaußerwald. Einleitende bzw. erklärende Worte von **Kons. Dr. M. Moser**.

Abendschule in Braunau (HAK/Hasch)



Für Berufstätige an der Bundeshandelsschule oder Bundeshandelsakademie in Braunau. HAK-Matura im zweiten Bildungsweg nach 4 Jahren. Unterricht zweimal wöchentlich (MO und DO) und jede zweite Woche zusätzlich am MI jeweils von 18.00 bis 21.55 Uhr. Der Schulbesuch ist kostenlos. Anmeldungen sind sofort möglich.

[hak] kontakt: 5280 Braunau, Raitfeldstraße 3, telefon 07722 / 633 29

e-mail: hak-braunau@eduhi.at

Homepage: www.abendschule.at

Gesunde Gemeinde formiert sich neu

Bei der Versammlung am 3. März 2010, an der 15 interessierte Personen teilgenommen haben, wurde Johanna Hintermair, Herbstheim 81, zur neuen Arbeitskreisleiterin der Gesunden Gemeinde bestellt. Sie löst damit Thomas Schröckelsberger ab, der zuletzt diese Funktion inne hatte. Die neue Arbeitskreisleiterin, die von der Bezirksleiterin Maria Wimmer bestens unterstützt wird, will neu durchstarten und schon demnächst mit der Programmstellung beginnen. Es ist vorgesehen, dass sich die Gemeinde durch vom Land vorgegebene Strukturen

am Qualitätszertifikat der Abteilung Gesundheit beim Land beteiligen will. Sie muss dazu über einen dreijährigen Zeitraum von 2010 – 2012 jährlich eine gewisse Punkteanzahl erreichen, die durch verschiedene Aktivitäten erzielt werden kann. Am Ende dieses Zeitraumes wird dann der Gemeinde das Qualitätszertifikat verliehen. Bgm. Erich Priewasser will seitens der Gemeinde diese Aktivitäten verstärkt unterstützen und denkt auch an eine Vernetzung mit den 4 Sonnen-Gemeinden, mit denen es ja bereits verschiedene Kooperationen gibt.



Links Frau Maria Wimmer, mittig die neue Arbeitskreisleiterin Johanna Hintermair und rechts Bgm. Erich Priewasser

Tauben- und Geflügelmarkt

Es wimmelte von Kleingetier



Anfangen von Tauben, Hühner, Hasen, Vögel und alles was zum Kleingetier gehört, war beim 64. Tauben- und Geflügelmarkt am 7. Februar in Höhnhart zu sehen.

Viele Besucher, diesmal auch etliche Kinder, bestaunen die niedlichen Tiere. Auch Zwerghasen (wie auf dem Bild), die ein besonderer Anziehungspunkt für die Kinder waren. Obmann Josef Schickbauer, ein unermüdlicher Kämpfer um die Wah-

rung der Kleintierzucht und Langzeitobmann, freute sich mit seinen 74 Jahren über das rege Interesse nicht nur seitens der Besucher, sondern auch der Aussteller. Und Bgm. Erich Priewasser hob lobend hervor, dass der 1946 gegründete Kleintierzüchterverein sich bis heute so aktiv gehalten hat. Er nahm dann gemeinsam mit Vize-Bürgermeister Christian Reichinger und Obmann Josef Schickbauer die Siegerehrung und Preisverteilung vor.

Sprechtage der Oö. Patienten- und Pflegevertretung

Die oö. Patienten- und Pflegevertretung beabsichtigt in Erfüllung des durch das oö. Krankenanstaltengesetz 1997 und das oö. Pflegevertretungsgesetz 2005 ergangenen Auftrages am

Montag, dem 3. Mai 2010

in der Bezirkshauptmannschaft Braunau am Inn, 1. Stock, Zimmer 117, in der Zeit von 09.00 – 12.00 Uhr einen Sprechtag abzuhalten.

Jene Personen, die zum Sprechtag kommen wollen, werden gebeten, Anmeldungen unter der Telefonnummer 07722 / 803 DW 451 oder 453 bis spätestens Freitag, dem 30. April vorzunehmen.

Hinweis: Auch Beschwerden im Zusammenhang mit der Heimunterbringung und die Erteilung von Auskünften im Zusammenhang mit der Erreichung einer Patientenverfügung sind möglich.

„Gesund und zufrieden älter werden!“

Vortrag: Dr. Kurt Roitner aus Braunau
MI, 03. November, Beginn 19:30 Uhr
Gasthof Gramiller-Nebenzimmer

Älter zu werden ist ein natürlicher Vorgang, jedoch die Art und Weise kann jeder selbst mehr oder weniger beeinflussen.

In diesem Vortrag geht es nicht darum, das Altern aufzuhalten, sondern bei möglichst guter Lebensqualität älter zu werden.

Dr. Kurt Roitner, prakt. Arzt, beschäftigt sich schon lange mit dem Thema „Älter-Werden“. In seinen Vorträgen, die im ganzen Land sehr begehrt sind, gibt er wertvolle Ratschläge, wie jeder sein Wohlbefinden steigern kann.

Gute Gesundheitsvorsorge sollte nicht erst mit einer Krankenbehandlung beginnen!

Auch jüngere Personen sind zu diesem Vortrag herzlich eingeladen!

Eintritt: Freiwillige Spenden

Lebenslauf Dr. Kurt Roitner

Geb.: 29. Juni 1953 in Salzburg, aufgewachsen in Mauerkirchen, Gymnasiumsbesuch in Braunau am Inn, ab 1972 Medizinstudium in Innsbruck. Von 1980 – 1983 Ausbildung zum Arzt für Allgemeinmedizin im Krankenhaus Braunau.

Seit 1983 mit viel Freude eine eigene Praxis in Braunau. Ab 1984 auch

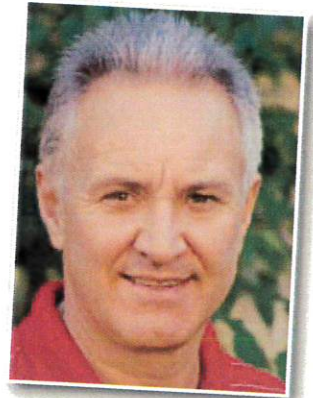
Schularzt der Handelsakademie.

Zusatzausbildungen: Psychosoziale Medizin, Psychosomatische Medizin, Palliativmedizin, Sportmedizin und Prävention.

Von 1990 – 2001 Drogenberatungsarzt

Schon über 30 Jahre verheiratet und auch sehr stolz auf 2 Super-Söhne und 2 Enkelkinder.

Hobbys:
 Ausdauersportarten
 (Rennrad, Bike, Skilanglauf, Skitouren) und die Berge



Seit vielen Jahren besteht ein beruflicher Schwerpunkt auch in der Prävention, wobei es viele Konzepterstellung für eine Verbesserung der Prävention und sozialen Situation in Braunau gab.

1998 Vernetzungsprojekt Jugend 2000 zur Suchtprävention

2000 Konzept für die „Gesunde Gemeinde“ Braunau

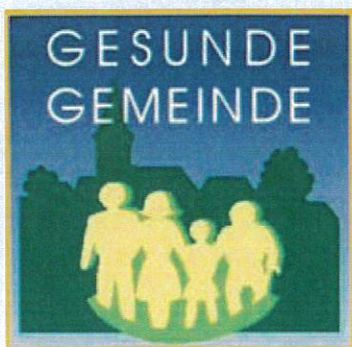
2006 Initiierung eines Arbeitskreises für einen Bewegungspark gemeinsam mit Dr. Roland Werthner

Seit vielen Jahren Leitung vom Qualitätszirkel und allgemeiner Fortbildungen, sowie Vortragstätigkeiten in den Bereichen Gesundheitsförderung und Sportmedizin.

2008 – 2009 Betreuung des Reformpoolprojekts „Verbesserung der medizinischen Betreuung in Pflegeheimen Oberösterreich“ für die Ärztekammer.

Gute Gesundheitsversorgung beginnt nicht erst mit der Krankenbehandlung. Es sollte die Aufgabe aller sein, sich für die Gesundheit einzusetzen.

Der Kommune käme dabei eine führende Rolle zu.



Senioren Fitness mit Johanna Hintermair für freizeitorientierte Damen und Herren

jeweils Dienstag von 14:00 – 15:00 Uhr in der Turnhalle.

Gestartet wurde am 5. Oktober 2010 –

Einstieg jederzeit möglich!

Über eine rege Teilnahme freut sich der Arbeitskreis
„Gesunde Gemeinde Höhnhart“

18.02.2010

Sie lesen in dieser Ausgabe

- **Neugründung eines Arbeitskreises der gesunden Gemeinde**
- **Tischtennis-Ortsmeisterschaft**
- **Trachtennähkurs der Goldhaubengruppe**
- **Einladung zum Regionstreffen der VIA NOVA Gemeinden in Höhnhart**
- **Hinweise auf Grund der oö. Heizungsanlagen- und Brennstoffverordnung**

Die gesunde Gemeinde möchte – nachdem es wie berichtet keinen Arbeitskreisleiter mehr gibt – sich neu formatieren und lädt dazu alle interessierten Höhnharterinnen und Höhnharter zu einer Versammlung

am Mittwoch, 3. März um 19.30 Uhr im Gasthaus Brunnbauer ein.

1. Wir wollen aufzeigen, informieren und animieren.
Aufzeigen, wie wichtig es ist, aktuelle Gesundheitsthemen auch in der Gemeinde zu thematisieren,
informieren, wie notwendig es wäre, nicht erst die Krankheit zu bekämpfen sondern für eine gesunde Lebensweise vorzubeugen und
animieren, weil es sich lohnt, beim Arbeitskreis der gesunden Gemeinde oder auf sonstige Art und Weise mitzuarbeiten.
2. Dazu wird uns die **Bezirksobfrau Maria Wimmer** Erstinformationen vom Land OÖ geben und **Bgm. Priewasser** wird auch entsprechende Informationen auf Gemeindeebene geben. Schließlich geht es an die Bildung eines **neuen Arbeitskreises** sowie die Wahl eines **Arbeitskreisleiters/einer Arbeitskreisleiterin**.
3. Im dritten Block dieses abends möchten wir im Rahmen einer **Diskussion** allen die Möglichkeit bieten, sich zum Thema zu Wort zu melden bzw. dazu aufzurufen, **creative Vorschläge** einzubringen.



Wir freuen uns auf zahlreichen Besuch

Bgm. Erich Priewasser
 Maria Wimmer, Bezirksobfrau