

# Hönnharter Nachrichten

Informationen für alle GemeindebürgerInnen  
Amtliche Mitteilungen

2.3.2005

Österreichische Post AG / Info. Post Entgelt

**Die Gesunde Gemeinde ladet ein zum Vortrag**

mit **Dr. Andreas STÖSS**

am **Mittwoch, 9. März 2005 um 19.30 Uhr**

**im Gasthaus Brunnbauer**

**Thema: Chinesische Ernährungslehre –  
leicht verständlich“**

Sie haben Verständnis dafür, dass wir einen kleinen Unkostenbeitrag von 2 € einheben.

Weiters möchten wir Sie auf folgenden Gesundheits-Tipp hinweisen:

**Gesunde Küche und Fastenspeisen**

**von Samstag, 5. März bis Sonntag, 20. März 2005**

**im Gasthaus Brunnbauer**

**Fleischlose Gerichte, Getreideprodukte, Fisch, Gemüse, Kräuter sowie  
allerlei Suppen und Aufstriche.**

Neu: Die Gesunde Gemeinde möchte in Hinkunft auch mit den Nachbargemeinden Maria Schmolln und St. Johann verstärkt zusammenarbeiten. Daher laden wir Sie auch zu folgendem Wochenendseminar in St. Johann/W. ein.

Yoga – ein liebevoller und bewusster Umgang mit dem Leben. Wochenendseminar mit Hans Daucher zur Sammlung körpereigener physischer und psychischer Kräfte vom 1. bis 2. April 2005 im Pfarrsaal bzw. Hauptschule St. Johann am Walde. Seminarzeiten am 1. April von 18 – 21.30 Uhr und am 2. April von 9 – 12.30 und 15 – 20 Uhr. Seminargebühr Euro 110. Anmeldungen bei Frau Anna Feichtenschlager, 5242 St. Johann/W., Frauschereck 11, Tel. 07743 / 8175.

Yoga ist ein System zur ganzheitlichen Gesundheit. Abgestimmt auf die Lebensweise des heutigen Menschen ist es auch eine praktische Methode, um den Alltag zu bewältigen. Yoga lehrt uns wieder mehr in uns hinein zu horchen, um wichtige Signale und Botschaften wahrzunehmen. Durch den bewussten Umgang mit unserem Körper, dem Geist, den Gefühlen und unserer Umwelt verbessern wir so unsere Lebensqualität.