



Gesunde Gemeinde Ardagger stellt sich vor



Dem Team der Gesunden Gemeinde ist das „Wohlbefinden der Menschen“ in Ardagger ein besonderes Anliegen. Somit bemühen wir uns um Vorträge und verschiedene Aktivitäten für alle Altersgruppen.

Ansprechperson:

gf. GR Michaela Salzmann
M: 0650 / 830 31 80;
E: michi.naderer@aon.at

Unsere jährlichen Projekte:

Gesunde Gemeinden – Stammtisch

Durchschnittlich 4 x jährlich trifft sich das Team der Gesunden Gemeinde und lädt auch die BewohnerInnen von Ardagger zu Ihrem Stammtisch ein.

Der jeweilige Termin steht in der Gemeindezeitung oder im Veranstaltungskalender.

Kindergarten–Skikurs: Bewegung & Spaß im Schnee

Im Jänner findet der jährliche Kindergarten – Skikurs auf der Forsteralm statt.

Ein Team mit freiwilligen HelferInnen und die SkilehrerInnen der Forsteralm sorgen für „Bewegung und Spaß im Schnee“ und ermöglichen den Kindern somit eine unvergessliche Woche.

Ansprechpersonen:

Michela Salzmann und Brigitte Schramel



Schwimmkurs für Kinder ab 4 Jahren

Für Anfänger und Fortgeschrittene (ab 4 Jahren, keine Altergrenze nach oben).

Schwimmen lernen in angenehmer Umgebung und gute Betreuung durch die stattlich geprüfte Schwimmlehrerin Ingrid Temmel.

Ort: Hallenbad Ybbs; 10 Schwimmeinheiten (à 50 Minuten)

Ansprechperson: Birgit Gruber

Termine stehen in der Gemeindezeitung oder im Veranstaltungskalender.



Umtausch – Basar

Das Team des „Umtausch – Basars“ organisiert zweimal jährlich (1 x Frühjahr, 1 x Herbst) einen Umtauschbasar für Bekleidung, Spielsachen und je Saison Sportartikel für Kinder.

Ansprechpersonen:

Alexandra Ebner, Anita Schuller, Maria Novotny, Silvia Zweimüller

Kontakt: basar.ardagger@gmx.at



Vorsorge Aktiv – Gruppe

Jährlich wird das „VORSORGEaktiv“- Programm von Gesundes NÖ. angeboten. Personen ab 18 Jahren werden sechs Monate lang von Ärzten, Sport- und Ernährungs-wissenschaftlerInnen, PhysiotherapeutInnen und DiätologInnen unterstützt, ihren Lebensstil zu verbessern.

Start jeweils im Frühjahr

Ansprechpersonen:

Claudia Pressl und Angela Waidhofer.



Erste Hilfe – Kurs für Säuglings- und Kleinkindernotfälle

Gemeinsam mit dem Roten Kreuz Amstetten wird meistens jährlich ein Erste-Hilfe-Kurs für Säuglings- und Kindernotfälle angeboten.

Der jeweilige Termin steht in der Gemeindezeitung oder im Veranstaltungskalender.



Fit for Kids

Für Mädchen und Buben von 5 bis 10 Jahren.
Jeweils 5 Einheiten im Herbst und Frühjahr
Hermine Klinger

Die jeweiligen Termine stehen in der Gemeindezeitung oder im Veranstaltungskalender.



Vorträge zu verschiedenen Themen

Jedes Jahr bieten wir Vorträge an, über:

- Ernährung (Kochkurse, Vorträge)
- Bewegung
- mentale Gesundheit
- Kindererziehung
- Gesunde Wirbelsäule
- Und viele andere Themen

Der jeweilige Termin steht in der Gemeindezeitung oder im Veranstaltungskalender.



Glückswanderung & Glücksvortrag

»Gemeinschaft (er-)leben – Soziale Beziehungen gestalten« heißt der bereits fünfte Schwerpunkt in der Reihe »Mentales Gesundsein« der Initiative »Tut gut!«.

Verschiedene Wanderungen und Impulsvorträge wurden/werden auch in Ardagger angeboten:

2010: Glückswanderung

2011: Glücksvortrag

2012: Vortrag – So gelingen glückliche Beziehungen



Kinderkonzert

Unter dem Motto „Kinder lachen hören...“ veranstaltet die Gesunde Gemeinde fast jährlich ein Kinderkonzert. Da kann es schon mal sein, dass die Kids im Ausnahmezustand sind, wenn eine berühmte Gruppe wie „Bluatschink“ in Ardagger auftritt.

Der jeweilige Termin steht in der Gemeindezeitung oder im Veranstaltungskalender.



10.000 Schritte für das persönliche Wohlbefinden!

Es ist erwiesen, dass wir ca. **10.000 Schritte** täglich zurücklegen sollten, um die für unseren Körper notwendige Bewegung abzudecken. Das alles kommt der persönlichen Gesundheit zugute!

Wir unterstützen die Aktion des „Gesunden NÖ“ durch „Bewegungstipps und Tafeln mit gegangenen Schritten“ z.B. beim Gemeindegwandertag 2012.



Unterstützung BELARUS - Kinder

In den Sommerferien ermöglicht die Organisation „Belarus“ von Maria Hetzer vielen Kindern aus Weißrussland einige Wochen Erholung in Österreich. Auch in Ardagger gibt es jährlich einige Familien die Kinder aufnehmen. Diese Familien werden von der Gesunden Gemeinde finanziell unterstützt.

Nähere Informationen unter www.belarus-kinder.net



Sonstige Angebote & Aktivitäten:

Zusammenarbeit mit Kindergärten und Schulen

Die Gesunde Gemeinde arbeitet gerne mit den vier Kindergärten und der Volks- und Hauptschule zusammen:

- Vorträge
- Defendo
- Herzensbildung
- u.v.m.

Zusammenarbeit mit Sportvereinen

Die Gesunde Gemeinde arbeitet auch gerne mit Sportvereinen zusammen:

- Pilates – Kurs (Matura – Projekt)
- Laktat – Test
- usw.

Jahres – Schwerpunkte

Jedes Jahr bietet die Gesunde Gemeinde einen speziellen Schwerpunkt an.

2012 stand Bewegung durch Tanzen auf dem Programm

- Tanz – Übungsabend
- DANCE – Für Kinder und Jugendliche ab 14
- Hip Hop für Kinder
- usw.

Regionaler Gesundheitstag

Der regionale Gesundheitstag zum Thema Kindergesundheit findet jedes zweite Jahr in einer der sieben Kleinregionsgemeinden Donaus-Ybbsfeld statt. 2011 – Ferschnitz