Gesunde Gemeinde

AMTLICHE MITTEILUNG STEINBACH AM ZIEHBERG 1/2020

Verleihung Qualitätszertifikat

V.l.: Abgeordneter zum Nationalrat Johann Singer, Bgm. Bettina Lancaster, Bettina Blanka (Koordination Netzwerk Gesunde Gemeinde Land OÖ), Arbeitskreisleiterin Gabriela Meunier, Regionalbetreuerin Birgit Heidlberger, Herta Wolf (Arbeitskreis) und Landesabgeordneter Christian Dörfel (Fotos Quelle Land OÖ)

Festakt in Micheldorf

Bereits zum wiederholten Male konnte die Gesunde Gemeinde Steinbach am Ziehberg das Qualitätszertifikat entgegen nehmen. Die Feier fand am 14. Jänner 2020 im Freizeitpark Micheldorf statt. Das Qualitätszertifikat ist ein Gütesiegel für Kommunale Gesundheitsförderung in Oberösterreich und wird an Gemeinden vergeben, welche in den letzten 3 Jahren die Anforderungen hinsichtlich Struktur-, Prozess– und Ergebnisqualität erfüllt haben. Das Zertifikat ist nun für unsere Gemeinde bis 2021 gültig.

Gleichzeitig wurden bei dieser Veranstaltung langjährige Mitarbeiter geehrt und Gabriela Meunier wurde für ihr zehnjähriges ehrenamtliche Engagement als Arbeitskreisleiterin im Netzwerk Gesunde Gemeinde ausgezeichnet.

Neues Modell

Das Qualitätszertifikat wurde 2019 von einem neuen Modell abgelöst. Die Fixprogramme der jeweiligen Gesunden Gemeinden bleiben bestehen und zusätzlich kann man aus drei Gesundheitsförderungsprogrammen auswählen:

Zielgruppenprojekt -3 Jahre
Präventionspaket - 2 Jahre
Individuelles Jahresprogramm

Die Gesunde Gemeinde Steinbach hat sich für ein Präventionspaket, das mit einmalig 500 Euro für 2 Jahre vom Land OÖ gefördert wird, entschieden.

Das vorgegeben Thema lautet:

Gesundheit verstehen. Gesundheit leben

Mindestens 4 Aktivitäten müssen bis Ende 2021 dazu umgesetzt werden. Begonnen wird mit einem Workshop im Juni zum Thema

„Gemüse fermentieren“

Näher Information dazu befinden sich im Blattinneren.

Ehrung für die 10jährige Leitung der Gesunden Gemeinde Steinbach

Fixtermine

Wanderung mit Kutschenfahrt bei Kaiserwetter in Oberhofalm bei Filzmoos am 13. Februar 2020

Wanderungen 1. Halbjahr 2020

Do 12.03. Ortswanderung
Fr 20.03. Bezirks Winterwanderung Kirchdorf
Do 09.04. Oster-Wanderung
Fr 08.05. Generationenwanderung mit Kindergarten
Do 14.05. Burg Altpernstein
Do 18.06. Adler - Schafbergbahn
Do 09.07. Hengstpass
Do 13.08. Schafferreith
Do 10.09. auf die Kathrin in Bad Ischl (Anreise mit Zug)

Trittfeste Schuhe und Getränke nicht vergessen!
Eventuelle Änderungen werden rechtzeitig bekannt gegeben.
Organisation: Brigitte Pointner 0664 4024332
Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung!

Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene

Seit Jänner läuft bereits wieder einen Yoga Kurs mit Riki Lachmair in der Turnhalle in Steinbach. Jederzeit kann in die bestehende Gruppe eingestiegen, oder nur zum Schnuppern vorbeigeschaut, werden. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Mitzubringen sind bequeme Kleidung und eine Decke.

Der jetzige Kurs geht noch bis ca. Ende März.

Die Kosten betragen zwischen 30 und 40 € je nach Teilnehmeranzahl. Ein einmaliges Schnupper ist gratis. Der Kurs wird von der Union und der Gesunden Gemeinde mit je 100 Euro finanziell gefördert.

Immer dienstags von 19:30 bis 21:00 Uhr

MUKI Eltern-Kind-Treff

Jeden 1. Montag im Monat von 15:00 bis 17:00 Uhr treffen sich Eltern und Kinder zu einem gemeinsamen Nachmittag im Turnsaal oder auch im Freien.
Kontakt und Infos erhalten sie bei Carmen Vorderderfler unter der Telefonnummer 0664 1484744

Foto vom lustigen Kinderfasching im Februar 2020

Flursäuberungsaktion 2020

In Zusammenarbeit mit Volksschule, Kindergarten, Umweltausschuss, BAV, Gesunde Gemeinde und unter Mithilfe der Feuerwehr wird am Freitag, 27. März wieder eine Flursäuberungsaktion entlang der Ziehbergstraße durchgeführt.

Ersatztermin bei starkem Regen ist Freitag, der 3. April.

Ca. 46 Kinder werden in Begleitung von Erwachsenen unachtsam weggeworfenen Müll vom Straßenrand einsammeln. Mit dem Feuerwehrauto werden die Sammler zu den einzelnen Streckenabschnitten entlang der Ziehbergstraße gebracht und später auch wieder abgeholt.

Der gesammelte Müll wird zur BAV nach Kirchdorf gebracht, dort gewogen und entsorgt. Das Ergebnis werden wir in der nächsten Zeitung bekannt geben.

Zum Abschluss erwartet die fleißigen Sammler eine kleine Jause.

Bereits jetzt ein großes Dankeschön für das Engagement aller Helfer, die mit dieser Aktion dazu beitragen unsere Gemeinde schöner zu machen

Selbsthilfegruppe für Diabetiker

Steinbach ist hierzu mit Micheldorf vernetzt, die aktuellen Termine sind immer in der Gemeinde ausgehängt.

Impressum: Medieninhaber, Hersteller, Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich:
Gesunde Gemeinde Steinbach am Ziehberg, AKL Gabriela Meunier
4562 Steinbach am Ziehberg, Steinbach 4 Tel. 07582/7255, Fax 07582/7255-25
Email: gemeinde@steinbach-ziehberg.ooe.gv.at Homepage: www.steinbach-ziehberg.at , Erscheinungsort/Verlagspostamt 4562 Steinbach am Ziehberg

Vortrag zum Thema

Wut, Trotz und Aggressionen bei Kindern

Aggression und Wut sind natürlicher und wichtiger Bestandteil unserer Gefühle. Unsere Kinder müssen in den ersten Jahren erst lernen, diese starke Emotion zu lenken und mit Frust umzugehen.

Aber auch bei älteren Kindern ist der Umgang mit dieser starken Emotion immer wieder ein bewegtes Thema bei Eltern und Pädagogen.

Wie wir ihnen dabei helfen können, mit ihrer Wut zurechtzukommen, um sie angemessen zu steuern und wie wir dabei selbst als Begleiter unserer Kinder gelassener bleiben, wollen wir anhand vieler Methoden, näher betrachten.

Termin: **Montag, 23. 03. 2020** - 19:30 bis 21:30 Uhr

Ort: Sitzungssaal des Gemeindeamtes, 4562 Steinbach am Ziehberg

Referentin: Andrea Eder, Elternbildnerin, dipl. system. Coach, psychologische Beraterin, Mutter von 3 Söhnen

Beitrag: 5 Euro, 3 Euro für zweiten Elternteil, Elternbildungsgutscheine können eingelöst werden

Diese Veranstaltung wird in einer Kooperation mit der Volksschule, dem Elternverein, der Gesunden Gemeinde und der Sparkasse durchgeführt.

Workshop zum Thema

Gemüse fermentieren

Fermentieren ist eine seit Jahrhunderten auf der ganzen Welt bewährte Konservierungsmethode. Gemüse durch Milchsäuregärung haltbar zu machen, ist wieder voll im Trend! Diese Methode ist einfach, natürlich und praktisch in jedem Haushalt möglich. Fermentiertes Gemüse ist reich an Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, Probiotika– es ist besser verdaulich, lange haltbar, frei von Konservierungs– und Zusatzstoffen und besticht durch natürliche Aromen-Vielfalt.

Das Grundrezept ist einfach: Gemüse + Salz + Zeit

Wie es genau geht, welches Gemüse sich eignet, welche Gefäße und Gewürze verwendet werden, erfahren sie in einem Do-it-yourself-Fermentier-Seminar.

Gemeinsam mit der Seminarbäuerin Frau Kerbl wird gehobelt, eingesalzen und eingestampft. Vom klassischen Sauerkraut bis zum trendigen Kimchi. Werden sie zum Fermentier-Profi, mit fermentierten Köstlichkeiten lässt sich die Kraft von regionalem Gemüse perfekt für die Vorratskammer einfangen.

Termin:
Do, 25. Juni 2020 von 18-21 Uhr im Tennisheim Steinbach/Zbg.

Kostenbeitrag 22 €, zahlbar vor Ort

Mitzubringen sind pro Person 5 Gurkengläser ca. 0,7 bis 1 Liter, egal ob Bügel- oder Schraubglas. Diese können dann befüllt mit nach Hause genommen werden.

Die Lebensmittel werden von der Gesunden Gemeinde zur Verfügung gestellt.

Anmeldung ab sofort oder bis 20. Juni bei gabriela.meunier@gmx.at oder 07615/2943

Mindesteilnehmer 12 max.16 Personen

Telefonische Gesundheitsberatung „Wenn's weh tut! 1450"

Täglich, rund um die Uhr erreichbar ist die telefonische Gesundheitsberatung unter der Nummer 1450 (ohne Vorwahl aus allen Netzen).

Wenn Ihnen Ihre Gesundheit oder die Ihrer Familienangehörigen Sorgen bereitet, helfen die medizinisch speziell geschulten Mitarbeiter schnell und unbürokratisch und werden so zum persönlichen Wegweiser durch das Gesundheitssystem.

Ob bei gesundheitlichen Problemen oder plötzlich auftretenden Schmerzen „Wenn's weh tut! 1450" hilft dabei, gefährliche Symptome richtig zu interpretieren und verweist die Anruferin bzw. den Anrufer an den jeweils besten Punkt der Gesundheitsversorgung. Sollte es erforderlich sein, kann natürlich auch sofort der Rettungsdienst bzw. Notarzt aktiviert werden.

Wenn's weh tut! 1450

Die kompetente telefonische Beratung ist kostenlos, Anruferinnen und Anrufer bezahlen nur die üblichen Telefonkosten gemäß ihrem Tarif.

Quelle:
www.1450.at
www.roteskreuz.at

Rückblick 2019

Klangspiele mit dem Musikverein

Nicht mehr wegzudenken ist der alljährliche Ferienpass für die Steinbacher Kinder. Mit großem Engagement beteiligen sich Vereine und Körperschaften, um ein abwechslungsreiches Programm auf die Füße zu stellen. Zahlreiche Kinder nahmen an den verschiedenen Veranstaltungen teil. Herzlichen Dank an die vielen ehrenamtlichen Helfer, die immer wieder so spannende Nachmittage für die Kinder organisieren.

Kletterturm mit der Union

Ferienpass

Action mit der Feuerwehr

Auch der **Reitverein** hat sich am Ferienpass beteiligt, 34 Kinder nützten einen Nachmittag um alles übers Pferd zu erfahren. Zahlreiche schöne Fotos wurden bereits kürzlich in der Jahresausgabe 2019 des Reitvereins veröffentlicht.

Lesenacht in der Bücherei

26. Oktober 2019

Familienwandertag

Schon seit einigen Jahren fix ist der Wandertag am Nationalfeiertag, immer in Zusammenarbeit mit dem Kulturverein Kalkofen.
Bei herrlichem Wetter und mit ca. 35 Personen wurde vom Kirchenplatz in Steinbach losmarschiert. Die Route ging über den Sportplatz, durch den Lackergraben, auf der Forststraße Lackerkogel bis zum Kunzenbauer und über den Spießengraben zurück zum Kirchenplatz.
Die Gesunde Gemeinde verteilte an alle Teilnehmer einen gesunden Snack.
Nach 2 stündiger Wanderung fand der gemütliche Abschluss bei einem Mittagessen in der Krapfenmühle statt.