

Berichte & amtliche Informationen

Jahrgang 31
Folge 4
April 2002

G Thalheimer Gesundheitstage 22. bis 25. April 2002

Ernährung und Bewegung sind die wichtigsten Grundlagen für das körperliche und geistige Wohlbefinden. Deshalb bieten wir Ihnen zu diesen Themenschwerpunkten folgende Veranstaltungen im Rahmen der **Gesunden Gemeinde** an:

**Montag, 22.04.2002, 19.30 Uhr,
im Sitzungssaal des Marktgemeindefamtes
Vortrag zum Thema „Gesunde Ernährung“
Gemeindefarzt Dr. Rudolf Scharinger**

„Gesunde Ernährung - was wir wissen sollten und warum das Unterbewusstsein das Gegenteil tut.“

**Dienstag, 23.04.2002, 17.00 Uhr,
im Bezirksaltenheim Thalheim
Einführung in das Projekt „SIMA“ (Selbständig im Alter)
Frau Maria Elisabeth Holzner, SIMA Trainerin**

Das Projekt SIMA soll die Lebensqualität, die Lebensfreude und die Selbständigkeit bis ins hohe Alter erhalten, auf das Älterwerden vorbereiten und das Leben im Alter sinnvoll gestalten. Das wissenschaftlich fundierte und international anerkannte Trainingsprogramm umfasst ein besonders für dieses Alter zusammengestelltes Bewegungsprogramm. Ein Schwergewicht dabei fällt auch dem Gedächtnistraining zu (zum Mitmachen bequeme Kleidung tragen).

**Mittwoch, 24.04.2002, 19.30 Uhr,
Sitzungssaal des Marktgemeindeamtes
KNEIPPEN - Aufbau für Körper und Geist**

(zu Hause leicht gemacht)

Dir. Alois Berger

Vizepräsident des Österreichischen Kneippbundes
und Obmann des Kneipp-Aktiv-Clubs Wels

Die wissenschaftlich anerkannte **Kneipp-Gesundheitslehre** stützt sich auf

Bewegung – Ernährung – Heilpflanzen – Lebensordnung und Wasser

Kneippwanderungen steigern Ihr geistiges und körperliches Wohlbefinden. Ihre Leistungsfähigkeit nimmt zu.

Gesund und fit – MIT KNEIPP – mach mit!!

**Donnerstag, 25.04.2002, 19.30 Uhr,
Sitzungssaal des Marktgemeindeamtes**

Vorbeugen gegen Osteoporose

Kneippbund Wels, Frau Helga Berger

(Geprüfte Anti-Osteoporose- und Wirbelsäulentrainerin Kneipp-Vorsorgeberaterin)

Mit 35 Jahren setzt langsam der Abbau der Knochenmasse ein. Die negativen Auswirkungen zeigen sich erst im fortgeschrittenen Alter. Zur Erhaltung unserer Gesundheit können wir selbst viel beitragen. Bei diesen Treffen geht es um Anregungen zum eigenen Handeln, damit wir uns tagtäglich wohlfühlen können.

Kräftigen der Muskeln, Dehn-, Entspannungs-, Mobilisations- und Koordinationsübungen helfen uns die geistige und körperliche Fitness zu erhalten - mit **Bewegung, Ernährung und Lebensstil**.

Weitere ständige Angebote zum Thema Bewegung in der Marktgemeinde Thalheim bei Wels:

Rückenschule – aktive Wirbelsäule mit Dipl. Sportlehrerin Ingrid Hofmann im Bewegungsstudio Tenniscenter Thalheim.

**Montag von 18.00 – 18.50 Uhr
Freitag von 09.30 – 10.20 Uhr**

„Fit mach mit“

Im Fitnesscenter Thalheim mit Betreuung durch Dipl. Sportlehrer Franz Hofmann täglich ab 17.30 Uhr.

„Fit ab 50“

Turnprogramm jeden Montag von 19.15 bis 20.25 Uhr in der Turnhalle der Volksschule mit Frau Hilde Schmid.

„Langsam – Lauf – Treff“

der ASKÖ, jeden Mittwoch um 19.00 Uhr bei der Sportanlage Thalheim.

Die Trachtenkapelle Thalheim informiert:

Das diesjährige

Frühjahrskonzert

findet am 20. April 2002, um 20.00 Uhr,
im Gemeindefestsaal Thalheim statt.

Karten erhältlich bei allen Musikern, der Raiffeisenbank, Oberbank und Sparkasse Thalheim.

Vorverkauf: • 6,--

Abendkasse: • 8,--

Maiblasen 2002

Aufgrund des Neubaues unseres Probeheimes werden wir auch heuer wieder den gesamten Ort bespielen. Wir würden uns freuen, wenn Sie auch in diesem Jahr die Trachtenkapelle wieder tatkräftig unterstützen. Die Trachtenkapelle Thalheim bedankt sich im Voraus für Ihre Spende, um den Bau des Probeheimes finanzieren zu können. Diese Kosten belaufen sich hierbei auf ca. • 60.000,--.

27. April 2002

Ottstorf, Edtholz

28. April 2002

Ortszentrum, Unterschauersberg, Bergerndorf

1. Mai 2002

Aschet, Oberaschet, Ortszentrum

Ab sofort – jeden 2. Dienstag im Monat:

BAUERNMARKT
im Bezirksaltenheim Thalheim
Foyer / EG

Dienstag, 14. Mai 2002,
von 14.00 bis 16.00 Uhr

- Speck
- Äpfel
- Honig
- Brot
- Saisonwaren

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

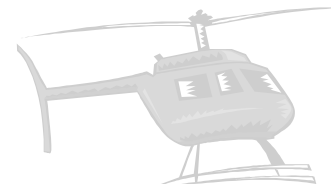
....KOMMEN....SCHAUEN....GUSTIEREN....KAUFEN....

Information:

Die Geologische Bundesanstalt führt in der Zeit zwischen Anfang Mai und Ende August 2002 (abhängig von der Wetterlage) **Vermessungsflüge mittels Hubschrauber** im Gemeindegebiet (ländlicher Bereich) durch.

Infolge der relativ niedrigen Flughöhe während des Messvorganges (ca. 50 – 80 m) können eventuelle kurzzeitige Lärmbelästigungen leider nicht ganz ausgeschlossen werden.

WIR BITTEN DAFÜR UM IHR VERSTÄNDNIS !!!



Kinesiologie

Kinderworkshop

Beginn: Mittwoch, 8. Mai 2002, um 16.30 Uhr

Kursleitung: Regina Sagmeister

Anmeldungen bitte im Marktgemeindeamt, Herrn Machtetanz

(Tel. 07242/47074-32. Mail: hermann.machtetanz@thalheim.ooe.gv.at)

DIE LANDESMUSIKSCHULE THALHEIM INFORMIERT: Vortragsabend der Gesangsklasse Judith Obermayr

19. April 2002, ab 19.00 Uhr

im Festsaal der LMS Thalheim bei Wels

Mehr Info unter Tel.: 07242/65297

JEP_THALHEIM JUGENDENTWICKLUNGSPROGRAMM DER MARKTGEMEINDE THALHEIM_INFO:



HAWAII BEACH PARTY

Dienstag, 30.04.2002 - ab 19:00 Uhr
Im Pfarrhofkeller Thalheim bei Wels - Eintritt € 3,- - Der nächste Tag ist ein Feiertag!
!!! WER ZUM MOTTO GEKLEIDET ERSCHEINT ERHÄLT 1 GRATISGETRÄNK !!
Geboten wird: Musik von verschiedenen DJ's, HAWAII Bar mit köstlichen Erfrischungen, Stimmung, Spaß.....

Die Fragebögen, welche im Rahmen des JEP ausgeschickt wurden, können bei dieser Party abgegeben werden!

ALS BELOHNUNG ERWARTET DICH 1 FREIGETRÄNK!

Weitere Infos zum Programm natürlich unter:

www.thalheim.at - Jugendentwicklungsprogramm

Impressum:

Herausgeber, Verleger und für den Inhalt verantwortlich:

Marktgemeindeamt Thalheim bei Wels, Tel.: 07242/47074-0 (Fax: DW 17)

Internet: <http://www.thalheim.ooe.gv.at>

E-Mail: marktgemeinde@thalheim.ooe.gv.at

Vervielfältigung: Kopierladen Thalheim