



Zugestellt durch Post.at

TERMIN - Info

September – Dezember 2020



Mit Fingerspitzengefühl, Hausverstand aber auch Eigenverantwortung unserer Besucherinnen und Besucher laden wir herzlich zum Herbstprogramm ein.

Wir sind sehr bemüht bei unseren Veranstaltungen und Angeboten die geltenden Hygienemaßnahmen einzuhalten.



Ferienbetreuung „Schlaue Füchse“ in Oberneukirchen



Unsere Besucher vom Tageszentrum in der neu renovierten Kirche

Besuchen Sie unsere Homepage unter www.lebenshaus.at.
Aktuelle Fotos, Berichte und neueste Informationen warten auf Sie!



Hilfswerk Oberneukirchen
Leitung Familien und Sozialzentrum
Urfahr Nord
Auf der Bleich 2a
lebenshaus@ooe.hilfswerk.at
Tel: 07212/3012, 0664/807651720



Verein EKIZ Wichelhaus
Leitung: Erika Ganglberger
Auf der Bleich 2a
wichelhaus@aon.at
Tel: 0664/ 1363415

Unsere Bürozeiten: Mo – Do: 8:00 – 12:00 Uhr / Freitag: 8:00 – 11:00 Uhr

Zeitgedanken

Willkommen bei unserem Info Folder !

Sind es doch sehr besondere Zeiten die WIR alle zu bewältigen haben.

Es zeigt uns auf, mit wieviel Achtsamkeit wir dem Leben, der Natur, der Würde des Menschen begegnen müssen.

Wir sagen DANKE für so viel Unterstützung, Hilfe, Verantwortung und Teamwork.

Die Bilder im Info Folder sprechen für sich und es zeigt unseren gemeinsamen Zusammenhalt und Wertschätzung.

Wir gehen nach wie vor mit Vorsicht an unsere Angebote und Aktivitäten. Kommen Sie ins Lebenshaus, es ist der Stützpunkt für alle Lebenslagen. Professionalität und Ehrenamt mit viel Herz und Engagement für unsere Bevölkerung, egal welchen Alters sind uns ein Anliegen.

Freuen Sie sich mit uns auf einen guten Herbst mit viel Eigenverantwortung und Energie.

Bleiben Sie gesund, das wünscht Ihnen

Elisabeth Freundlinger und ihr Hilfswerkteam



Werden Sie MITGLIED beim Verein Hilfswerk Oberneukirchen!

Mit 1. August 2020 waren es bereits siebzehn Jahre, wo unser Lebenshaus in der sozialen Landkarte des Bezirkes und des Landes Bedeutung hat.

Das Lebenshaus nützt allen Generationen, den Kindern mit ihren Familien, sowie den hochbetagten Menschen. Wir geben als Hilfswerkerinnen und Hilfswerker gerne unser Bestes. Die Gemeinde ist stolz, dieses besondere Angebot in Oberneukirchen –Traberg – Waxenberg zu haben und leistet auch dazu einen wichtigen Beitrag. Wir freuen uns sehr, wenn Sie uns als Mitglied mit einem Beitrag von **10,00 Euro** pro Jahr unterstützen!

Jeder Euro wird sinnvoll eingesetzt, ob für unseren Mobilen Mittagstisch, unserem Tageszentrum, etc. Auch an den Kosten der Familienberatung des OÖ. Familienbundes im Lebenshaus beteiligen wir uns gerne. Wir sind sehr stolz auf unsere Aktivitäten. Anbei ein Foto von unserem Vortrag „Durchatmen – Kraft schöpfen“ mit Margit Hauff, welcher im März im Lebenshaus stattfand.

Alle Mitglieder erhalten außerdem bei den Workshops und Veranstaltungen des Hilfswerks und im EKIZ Wichtelhaus 10 % Ermäßigung!

Bankverbindung: Raiffeisenbank Mittleres Rodtal IBAN AT 19 3438 3000 0003 5550
Sparkasse SMW IBAN AT 84 2033 4018 0000 2675

DANKE im VORAUS für Ihre wertvolle Unterstützung!!!

Sprechtage Obfrau
Elisabeth Freundlinger

Dienstag, 29.09.2020
14.00-15.00 Uhr

Donnerstag, 5. 11. 2020
9.00-10.00 Uhr

Generalversammlung Hilfswerk Oberösterreich

Am 11. Februar 2020 fand in Linz die Generalversammlung des Vereins Hilfswerk OÖ statt. Nach dem Bericht des Obmannes, Dr. Wolfgang Hattmannsdorfer folgte der Finanzbericht durch Dr. Viktoria Tischler und das Projekt „Engagierte soziale Dienstleistung“ wurde vorgestellt.

Im Anschluss lud der Verein zum Musical „Sister Act“ ein.

Seitens des Hilfswerks waren Obfrau Elisabeth Freundlinger, Susanne Pammer, Martina Preining und vom Büro Sissy Wolfesberger und Erika Ganglberger anwesend.



TAGESZENTRUM im Lebenshaus

immer Dienstag und Donnerstag von 8:00 – 17:00 Uhr im Lebenshaus

Infos und weitere Informationen gerne unter 07212/3012 oder www.lebenshaus.at



Das Tageszentrum bietet Seniorinnen und Senioren tagsüber pflegerische Betreuung und Gemeinschaft. Ein umfassendes Aktivitätsprogramm hilft ihnen dabei, die geistige und körperliche Fitness zu erhalten. So können sie länger in den eigenen vier Wänden verbleiben.

Das Tageszentrum bietet Ihnen:

- Pflege und Betreuung durch Fachpersonal
- persönlich abgestimmte Therapien
- Pflegebad- und Wohlfühlbad
- Gedächtnistraining, Hirnleistungstraining
- Seniorenanimation
- Freizeitgestaltung
- gemeinsame Mahlzeiten und Kochen
- Angehörigenbetreuung

Das Tageszentrum ist eine teilstationäre Einrichtung zur Tagespflege und Betreuung älterer Menschen.

Vereinbaren Sie einen kostenlosen Schnuppertag. Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter Tel. Nr. 07212/3012.



Menschen hören nicht auf zu spielen, weil sie alt werden, sie werden alt, weil sie aufhören zu spielen!

Oliver Wendell Holmes, Sr.

Wohlverdienter Ruhestand für unsere Traudi Stehrer

13 Jahre lang war Traudi Stehrer im Hilfswerk als Altenfachbetreuerin tätig. Davon betreute sie bei Hausbesuchen über sechs Jahre im Mobilien Bereich unsere Klienten/ Kunden.

Nach ihrer „offiziellen“ Pensionierung im Jahr 2013 unterstützte sie nach wie vor im Tageszentrum Lebensgarten unser Team. Jeden Dienstag kam sie mit einem Lächeln ins Haus und kümmerte sich neben der Körperpflege auch um das seelische Wohl unserer Senioren und Seniorinnen.

Ende Juli 2020 verabschiedete sie sich nun endgültig in den wohlverdienten Ruhestand, jedoch mit dem großen Versprechen, uns oft zu besuchen. Seitens des Hilfswerk Vereins Oberneukirchen bedankte sich neben Stützpunktleiterin des Lebenshauses, Anneliese Bräuer auch Obfrau Elisabeth Freundlicher im Namen des Vorstandes mit einem Geschenk.



Danke BASTI für deine Zeit als Zivildienstler!

Aufgrund der Corona Maßnahmen war Basti Koller statt 9 Monate ein ganzes Jahr unser Zivildienstler im Lebenshaus.

Ab Jänner 2021 sind wir noch auf der Suche nach einem Burschen, der gerne seinen Zivildienst im Lebenshaus absolvieren möchte. Infos bei Anneliese Bräuer, Tel. 0664/1770997.

Mobiler Mittagstisch - Bewährtes Angebot bereits seit 22 Jahren



Frau Maria Hehenberger freut sich täglich über einen netten Plausch mit den Essensbringern und natürlich über das gute Essen.



Montags mit dem Essen unterwegs ist Gerhard Elmer.



Unsere tüchtigen Zivildienen: Bastian Koller und Jakob Bräuer.



Köchin Schwester Josefa Klara mit Hilfswerk Vereins Obfrau Elisabeth Freundlinger.

Bereits über seit 20 Jahren bietet der Hilfswerk Verein Oberneukirchen in der Marktgemeinde Oberneukirchen-Waxenberg-Traberg den Mobilen Mittagstisch an. Um zuhause eine warme und gesunde Mahlzeit zu bekommen, muss man nicht immer selbst kochen. Für viele ältere Menschen ist es bereits ein enormer Aufwand, Lebensmittel einzukaufen und täglich eine warme Mahlzeit zuzubereiten – oftmals nur für eine Person.

Der „Mobile Mittagstisch“ wird daher hauptsächlich von älteren bzw. allein stehenden Menschen in Anspruch genommen. Selbstverständlich können Personen, die zum Beispiel aufgrund einer Krankheit nicht mehr in der Lage sind für sich und ihre Angehörigen zu kochen, dieses Angebot auch nutzen, unkompliziert und schnell.

Mit der Idee, Menschen sollen solange als möglich in ihrer vertrauten Umgebung bleiben können, wurde im Frühjahr 1998, also vor 22 Jahren, der „Mobile Mittagstisch“ in Oberneukirchen ins Leben gerufen.

DAS ANGEBOT - Von Montag bis Freitag wird von ehrenamtlichen MitarbeiterInnen des Hilfswerks Oberneukirchen frisch gekochtes Essen an die Kunden geliefert. Die Speisen (Suppe, Hauptspeise) werden vom **ortsansässigen Diakoniewerk oder „Fridis Marktstube“** täglich frisch zubereitet.

Ein herzliches **DANKESCHÖN** gebührt neben den fleißigen Zivildienern des Hilfswerks (im Bild Basti Koller li und sein „Nachfolger“ Jakob Bräuer re) auch den vielen ehrenamtlichen Essensausfahrern des Hilfswerk Vereins. Durch ihre täglichen Ausrückungen bei jedem Wetter, gelingt es immer, dass das Essen pünktlich am Tisch steht, so **Koordinatorin Sissy Wolfesberger!** Derzeit sind zehn ehrenamtliche Helferinnen und Helfer in unserem Team. Wer ebenfalls Interesse hat bei dieser tollen Aktion mitzuarbeiten, ist jederzeit herzlich willkommen!

Seit Beginn des Mobilen Mittagstisches waren die Schwestern Oblatinnen einer unserer verlässlichsten Partner beim Kochen des Freitagsmenüs. Nun wurde der Tag von **„Fridis Marktstube“** übernommen. Für die gute Zusammenarbeit und den unermüdlischen Einsatz möchten wir uns bei den Schwestern Oblatinnen, besonders aber bei Köchin Josefa Klara, herzlichst bedanken.

NEUE ESSENSBOXEN

Die Boxen müssen nicht von der Gemeinde oder vom Kunden gekauft werden, sondern sind vom Verein angeschafft worden. Leichter, handlicher und halten die Speisen länger warm, das sind nur einige der positiven Eigenschaften unserer neuen Essensboxen, die wir heuer angekauft haben und nun seit Mai in Einsatz sind. Großen DANK gebührt hier dem Hilfswerk Verein unter Obfrau Elisabeth Freundlinger mit ihrem Vorstandsteam für die finanzielle Unterstützung. Es ist für die Essensausfahrer eine enorme Arbeitserleichterung, und vor allem für unsere Senioren und Seniorinnen eine einfachere Bedienung.

KONTAKT UND INFO Im Hilfswerk Büro Oberneukirchen während den Bürozeiten (8:00 bis 12:00 Uhr) unter der Telefonnummer 07212/3012 oder 0664/807 651 720. Kosten: 7,20 Euro.

Stöbereck im Kulturhaus am Marktplatz von Oberneukirchen



Unser Stöbereck ist ein Secondhand Laden, ein Treffpunkt zum Stöbern. Ein paar Euro reichen für einige schöne Schnäppchen.

Dienstag von 9:00 – 11:00 Uhr
und 14:00 – 16:00 Uhr

Freitag von 9:00 bis 11:00 Uhr

Der Erlös kommt zur Gänze dem Hilfswerk Oberneukirchen zur Unterstützung verschiedenster Projekte zugute.



Unser neuer Zivi stellt sich vor

Seit 1. April 2020 unterstützt **JAKOB BRÄUER** unser Hilfswerk Team. Der gelernte Maurer wird im November 20 Jahre alt und ist der Sohn von Anneliese und Gerhard Bräuer.

Zu seinen Aufgaben zählen unter anderem
Essenslieferungen des Mobilien Mittagstisches,
Einkäufe für unsere BewohnerInnen des betreubaren Wohnens
Unterstützung beim Putzen, Müllentsorgung, Schneeschaufeln im
Lebenshaus, Fahrtendienste, Mithilfe beim Tageszentrum
und was alles so anfällt

Wir freuen uns sehr, dass er bei uns seinen 9-monatigen Zivildienst ableistet.



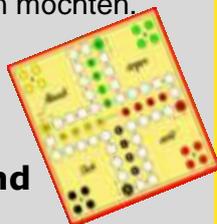
OFFENE NACHMITTAGE

Einmal im Monat laden wir zu einem gemütlichen Nachmittag ein. Bei Kuchen und Kaffee freuen wir uns auf nette Begegnungen in geselliger Runde. Spiel und Spaß sollen nicht zu kurz kommen. Jeder ist herzlich willkommen.

Besonders ansprechen möchten wir aber all jene, die nicht mehr so mobil sind und gerne ein paar Stunden in Gesellschaft verbringen möchten.

Termine:

**17. September,
15. Oktober,
19. November und
17. Dezember**



**von 14:00 - 16:00 Uhr im
LEBENS GARTEN**

SelbA Training im Lebenshaus

Das Wesentliche beim **SelbA** -Trainingsprogramm ist die Verknüpfung der Bereiche Gedächtnistraining, Üben der geistig-körperlichen Beweglichkeit und die Bewältigung der Alltagssituationen für Menschen ab etwa 60 Jahren.

Start: Oktober 2020

Leitung: Frau Irmi Grininger

Tel. 07212/6161 oder 0650/6161060

Neben der bereits bestehenden und bewährten Gruppe bieten wir bei genügend Interesse auch eine zweite Gruppe an einem Nachmittag unter der Leitung von Frau Anneliese Bräuer an.

Anmeldungen und Infos:

Anneliese Bräuer 0664/1770997 oder
im Büro des Lebenshaus 07212 /3012

Veranstalter: Gesunde Gemeinde und Hilfswerk



Rückblick auf unser tolles Ferienprogramm unserer Gemeinde

Danke auch an alle Vereine und Organisationen, die trotz Corona, aber mit Hausverstand und der Einhaltung der Hygienemaßnahmen, viele Kinderaugen zum Leuchten brachten!



Abwechslungsreich und mit vielen tollen Veranstaltungen verbrachten unsere Kinder die heurigen Sommerferien. Trotz der außergewöhnlichen Situation und der Einhaltung der Sicherheitsmaßnahmen zur Corona-Pandemie ist es gelungen im Ferienprogrammheft „Sommer Aktiv³“ 30 Veranstaltungen in Kooperation mit den örtlichen Vereinen & Organisationen anzubieten.

Als Bürgermeister der Gemeinde bedanke ich mich beim EKiz Wichelhaus mit der Organisatorin Erika Ganglberger, ihr Engagement und ihr Einsatz ist in jedem Heft zu spüren, und bei allen die dabei einen Beitrag für unsere Kinder geleistet haben. **VIELEN DANK!**

BGM Josef Rathgeb



Kräuterwanderung



Mit den Jägern im Revier



Tauchen im Freibad Oberneukirchen



Hand Lettering



Fackeln basteln



Kegeln in der Höf



Theater Workshop



Besuch bei den Alpaka



li. Siloballen bemalen



re. Wanderung mit Oma und Opa



Klettern in der Kletterhalle Bad Leonfelden



Korbflechten



Specksteinworkshop



Holzwerkstatt im Hof des Schnopfi Stadls



Wanderung zur Bura Piberstein



Luftakrobatik



Flechtfrisuren und Nägel lackieren



Spielgruppen für Kinder & Eltern

Ab Herbst starten wir wieder mit unseren beliebten und schon sehnsüchtig erwarteten Spielgruppen. Erfahrungs- und Informationsaustausch, Entwicklungsförderung der Motorik und aller Sinne stehen auf dem Programm. Es wird gemeinsam gesungen, getanzt, gebastelt, gespielt und Feste passend zur Jahreszeit gefeiert.

Nach der gemeinsamen Jause ist ein wichtiger Punkt natürlich das Freispiel. So können sich die Kinder besser kennen lernen und neue Freunde finden, es ist eine gute Vorbereitung auf die Kindergartenzeit!

Information:

Zielgruppe: ein Erwachsener (Mutter, Vater, Großeltern) mit Kind

Gruppengröße: 6 – 8

Dauer: 9:00 bis 11:00 Uhr (1 x pro Woche)

Kosten: 10-er Block 48,00 Euro (50 % Ermäßigung für Geschwisterkind ab einem Jahr)

Hilfswerk-Vereinsmitglieder erhalten 10 % Nachlass.

Anmeldung & Infos: Erika Ganglberger, wichelhaus@aon.at, 0664/13 63 415 oder bei den Spielgruppenleiterinnen



Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ können gerne eingelöst werden.

Oberneukirchen

Montag-Spielgruppe

für Kinder ab etwa 6 Monate

Leitung: Babsi Schmidhuber mit Sohn Nico

Tel. 0660/4606712



Dienstag-Spielgruppe

für Kinder ab etwa 1 Jahr

Leitung: Katharina Würflinger mit Tochter Matilda

Tel. 0664/5131640



Mittwoch-Spielgruppe:

für Kinder ab 1 Jahr

Leitung: Nina Danner mit Sohn Lorenz

Tel. 0660/1289386



Donnerstag-Spielgruppe

für Kinder ab ca. 1 ½ Jahr

Leitung: Regina Mayrhofer mit Tochter Elea

Tel. 0676/814281523



Freitag-Spielgruppe

Kinder ab ca. 2 ½ Jahre

Leitung: Babsi Schmidhuber Tel. 0660/46 06 712 und

Babsi Matzinger

Tel. 0650/7329918



Traberg

Ab Ende September 2020 bietet der Verein EKIZ Wichelhaus am Dienstag und am Mittwoch wieder zwei Spielgruppen im Pfarrheim St. Josef in Traberg an:



Dienstag Spielgruppe
Gerti Silber
Tel. 0680/303 53 32



Mittwoch Spielgruppe
Nici Hölzl
Tel. 0664/4457852

Vertraulich und anonym - Familienberatung im Lebenshaus

Die Berater der Familienberatung in Oberneukirchen stehen bei Problemen und Fragen rund um das Thema Familie gerne zur Seite. In vertraulichen Gesprächen werden Lösungsansätze erarbeitet. Die Beratungen sind überwiegend kostenlos. Für Spenden, die den laufenden Betrieb erst ermöglichen, ist der OÖ Familienbund jedoch sehr dankbar!

Kontakt: Anita Merl
OÖ Familienbund
Familienberatung
Lebenshaus
Auf der Bleich 2a
4181 Oberneukirchen

Tel. 0732 / 75 97 53
Terminvereinbarung unter
0664 / 82 62 727 erbeten



office.beratung@ooe.familienbund.at

Eltern - Mutterberatung

In den Eltern- und Mutterberatungen erhalten Sie als Eltern eine kostenlose medizinische Untersuchung und Beratung über Entwicklung, Pflege und Ernährung Ihres Säuglings und Kleinkindes.

Das Team bestehend aus unserer Hausärztin Dr. Nina Hintringer-Spindelbalker und Sozialarbeiterin Michaela Schöndorfer von der BH Urfahr freuen sich, wenn Sie uns mit Ihrem Baby besuchen kommen.



Die nächsten Termine:
(JEDEN
4. Donnerstag
im Monat)

22. Oktober	14:00 – 15:30 Uhr
26. November	14:00 – 15:30 Uhr
17. Dezember	14:00 – 15:30 Uhr

Frühstücksplausch

**Donnerstag
von 8:00 Uhr bis 10:00 Uhr**

Gemütlichkeit und das Miteinander von „Jung und Alt“ ist das Motto dieser Vormittage.

Jeden Donnerstag sind sowohl die Bewohnerinnen und die Bewohner des Lebenshauses sowie Menschen aus der Umgebung zum gemeinsamen „Frühstücksplausch“ eingeladen. Neben einem guten Frühstück steht vor allem die Geselligkeit im Vordergrund. Zeit haben für sich, der Seele Gutes tun, mit den Mitmenschen reden und etwas Neues über „Gott und die Welt“ erfahren.



Öffentliche Bibliothek Lebenshaus

„Ein Leben ohne Bücher ist wie eine Kindheit ohne Märchen, ist wie eine Jugend ohne Liebe, ist wie ein Alter ohne Frieden.“

Carl Peter Fröhling

Ausleihzeiten: Montag – Freitag:
8:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Entlehnungsgebühr: Pro Buch € 0,50
sowie für DVD € 1,00





Hand Lettering

Der Kurs richtet sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene, die gerne kreativ sind und sich für Schriften und Gestaltung interessieren. Handlettering bedeutet Wörter und Texte besonders schön und kunstvoll zu schreiben. Der Fokus liegt auf dem Buchstabenzeichnen und das Ausschmücken dieser mit kleinen Ornamenten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Termin: Samstag, 7. November 2020

Uhrzeit: 9:00 Uhr bis 12 Uhr (3 Stunden)

Treffpunkt: Lebenshaus Oberneukirchen

Veranstalter: Verein EKiz Wichtelhaus

Kosten: 30,00 inklusive zwei schwarze Stifte und Unterlagen

Leitung: Theresa Ganglberger

Anmeldung: bei Erika Ganglberger, Tel. 0664/13 63 415 bis spätestens 30. Oktober 2020



„Körper, Geist und Seele als Lebensratgeber“

Der Verein Eltern-Kind-Zentrum Wichtelhaus und die Gesunde Gemeinde Oberneukirchen laden herzlich ein zum Vortrag am

Mittwoch, 21. Oktober 2020, 19:30 Uhr im Lebenshaus

Lässt uns das Leben, verglichen mit einem Fluss, in einem ruhigen, glasklaren Wasser schwimmen, segeln oder baden, dann geht es uns gut. In den meisten Fällen sind wir auch zufrieden. Doch dann kommen sie in unser Leben, diese widrigen Umstände verglichen mit Starkregen, Unwetter, Naturkatastrophen, Überflutungen oder baulichen Maßnahmen am natürlichen Flussverlauf.

Befinden wir uns in so einer Lebensphase, wo wir äußerst gefordert sind alle Ressourcen zu aktivieren bzw. den optimalen Ratgeber zur Hand zu haben, da vergessen, übersehen oder vertrauen wir zu wenig unseren eigenen Ratgebern. Schenken Sie mit mir gemeinsam unseren ganz persönlichen Lebensratgebern im Sinne von Körper, Geist und Seele einen Abend lang die ganze Aufmerksamkeit, um in besonderen und fordernden Lebenssituationen verlässliche Partner an der Seite zu haben.

Referentin: Evelyn Enzenhofer

Dipl. Systemische Kinesiologin, Psychologischer Berater,

Dipl. Lebens- und Sozialberater,

Dipl. Aufstellungsleiterin,

www.seelen-körperbalsam.at

Anmeldung: bis 20.10. im Lebenshaus oder 0664/1363415

Eintritt: Euro 5,00



Impressum: Für den Inhalt verantwortlich Hilfswerk Oberneukirchen.

Fotos: Hilfswerk Oberneukirchen, privat. Wir weisen darauf hin, dass bei den Veranstaltungen im Lebenshaus fotografiert werden kann und dass diese Bilder für Werbezwecke, Homepage, etc. verwendet und eventuell auch veröffentlicht werden können.

In eigener Sache!

Es wird darauf hingewiesen, dass bei unseren Veranstaltungen Fotos angefertigt werden und zu Zwecken der Dokumentation der Veranstaltung veröffentlicht (Homepage, Presse, ...) werden können. Mit dem Besuch der Veranstaltungen nehmen Sie zur Kenntnis, dass Fotografien, auf denen Sie abgebildet sind, zur Presse-Berichterstattung verwendet und/oder in verschiedensten (Sozialen) Medien, Publikationen und auf Webseiten veröffentlicht werden können.



Umtauschbasar

Für gut erhaltene Kinderkleidung, Spielsachen,
Babyausstattung...



ANNAHME:

Donnerstag, 8. Oktober 2020 von 17:00 bis 20:00 Uhr

VERKAUF:

Freitag, 9. Oktober 2020

von 14:00 – 17:30 Uhr

ABHOLUNG, VERRECHNUNG:

Samstag, 10. Oktober 2020 von 8:30 bis 9:30 Uhr

**Keine Warenspenden
Mund-Nasen-Schutz nicht vergessen!**

Weiter Infos bitte im EKIZ Büro!

6-Wochen- Gewichtskontroll - Gruppe

Unter dem Motto „Weg mit dem Speck“ startet wieder eine Ernährungs- und Gewichtskontrollgruppe. Geleitet wird diese von Ernährungscoach Christian Grabmair.

Während der Abnehmphase werden die TeilnehmerInnen intensiv betreut und erhalten viele wertvolle Tipps zur erfolgreichen Ernährungsumstellung.

Ziel des Kurses ist es, Muskelmasse zu erhalten und Fett zu reduzieren.

Der Kurs kostet inklusive aller Unterlagen und Analysen nur 69,00 Euro.

Anmeldung und weitere Infos:
Tel. 0664/4111707
bei Christian Grabmair

Start: Termine auf Anfrage



ELTERN-KIND-TURNEN und KINDERTURNEN

Alle „SPRINGGINKERL“ und „KLETTERMAXE“ aufgepasst!!!

Ab der Kalenderwoche 41 (5. bis 9. Oktober 2020) bieten wir im **Turnsaal der Volksschule** Oberneukirchen das beliebte Kinderturnen für Kinder von etwa 2 ½ bis 10 Jahren an.

Eine Einheit dauert 45 min bzw. 60 min; Kosten für 10-er Block Euro 30,00 bzw. Euro 40,00.

Elternbildungsgutscheine des Landes OÖ werden gerne beim Eltern-Kind-Turnen entgegen genommen.

Der erste Block (10 x) findet von Oktober bis Dezember 2020 statt. Im Jänner 2021 startet der zweite Block.

Unsere „Vorturnerinnen“ freuen sich wieder auf viele bewegungshungrige Kids!!!

Weitere Infos gerne auf www.lebenshaus.at.





„Spielzeug – mögliche Gefahren im Kinderzimmer“



Mittwoch, 18. November 2020 um 19:30 Uhr

Lebenshaus Oberneukirchen, Auf der Bleich 2a

Inhalt des Vortrages:

- Amtliche Kontrolle bei Spielzeug (Überblick)
- Spielzeugprüfungen – wie werden diese durchgeführt?
- Was wird getestet?
- Welche Gefahren/Risiken können bei Spielzeug auftreten
- Tipps für den sicheren Umgang mit Spielzeug



Referentin:

Dr. Daniela Schachner

Leitung des Institutes für Lebensmittelsicherheit Linz, Geschäftsfeld
Lebensmittelsicherheit AGES – Österreichische Agentur für Gesundheit
und Ernährungssicherheit GmbH, www.ages.at

Anmeldung bis spätestens **11. November 2020** wichelhaus@aon.at
oder Tel. 0664 13 63 415.

Kosten: 4 Euro

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Hilfswerk Verein Oberneukirchen und Eltern-Kind-Zentrum Verein Wichelhaus



Letzte Hilfe – Weil der Tod ein Thema ist – mit Dr. Martin Prein

Dr. Prein ist Notfallpsychologe. Als ehemaliger Bestatter kennt er den Schmerz der Hinterbliebenen genau. Die Beschäftigung mit diesem Thema soll nicht nur bei selbst erfahrenen Schicksalsschlägen im engsten persönlichen Umfeld helfen, sondern auch Anleitungen geben, wie wir Mitmenschen begegnen können, die einen schweren Verlust zu betrauern haben.



Mittwoch, 11.11.2020 um 19 Uhr
In der Pfarrkirchen Oberneukirchen
Kosten: € 5,00

Anmeldung ist nicht erforderlich!



Ja, ich möchte mit einem Beitrag von € 10,- pro Jahr den Hilfswerk Verein unterstützen und Mitglied werden!

Name: _____

Adresse: _____

Datum und Unterschrift: _____

Bitte diesen Abschnitt ausfüllen und im Lebenshaus oder am Gemeindeamt abgeben. Wir freuen uns auf Sie! **DANKE !!!**