

Defibrillator beim Naturerlebnisbad Gallspach

Ein Defibrillator oder kurz „Defi“ bezeichnet kann Leben retten. Daher haben die Gesunde Gemeinde Gallspach unter Arbeitskreisleiter DI Dr. Peter Rohrmoser und die Marktgemeinde Gallspach unter Bürgermeister Dieter Lang die Initiative ergriffen und einen weiteren Defi angeschafft. Ein Defibrillator befindet sich im Zentrum von Gallspach im Foyer der Sparkasse und der neue Defi wurde beim Eingang des Naturerlebnisbades Gallspach angebracht, damit auch die Tennisspieler, die Beachvolleyball-Spieler, die Besucher im Naturerlebnisbad Gallspach sowie die Gäste im Badbuffet „Mambo“ Zugriff haben. Am Donnerstag, 5. August 2021, fand durch Herrn Jakob Fischer vom Roten Kreuz eine Einschulung statt, bei der 20 Personen teilgenommen haben. Die Teilnehmer des Kurses waren sich einig, dass es besser ist zu helfen als nichts zu tun. Jeder kann den Defibrillator bedienen, da die Anweisungen genau oben stehen. Auch kann die Sprache am Gerät ausgewählt werden.



Rotes Kreuz Grieskirchen - Erste Hilfe Outdoorkurs

Auch vermeintlich harmlose Unfälle können lang andauernde Folgen haben, wenn nicht gleich und richtig geholfen wird. Unangenehm ist, wenn es etwa bei einer Wandertour die eigenen Freunde oder Angehörige betrifft. Die meisten Unfälle passieren tatsächlich im familiären Umfeld. Für begeisterte Wanderer, Jogger, Radfahrer oder Skifahrer bietet das Rote Kreuz in Grieskirchen einen 8 Std. Erste Hilfe Kurs an. Der Kurs findet im Rahmen eines Outdoor-Parcours im Freien statt und ist



speziell auf kleine und größere Missgeschicke im Freizeitsport zugeschnitten. An nur einem Tag kann man an der frischen Luft Erste-Hilfe Kenntnisse sammeln und so selbst zu einem kompetenten Helfer werden.

8 Std. Erste Hilfe Outdoor Kurs:

Samstag, 18. September 2021 von 08.00 bis 16.00 Uhr - Kosten: € 90,- pro Person - Treffpunkt: Rot Kreuz Haus Grieskirchen (Haupteingang)

Nähere Auskünfte und Anmeldungen für alle Kurse unter der Tel: +43 7248/622 43 13 oder anita.hager@o.rotekreuz.at

Foto: Credit: ÖRK

Earlybird - sanfter „Yogaflow“ im Naturerlebnisbad

Auch dieses Jahr fand der gut besuchte Yogakurs für alle Frühaufsteher und Yogaliebhaber im Naturerlebnisbad statt. Das Earlybird-Yoga wurde auch dieses Jahr wieder von Petra Kerschhuber-Werskiuk sanft eingeleitet.

Voraussichtlich wird es im Oktober 2021 den nächsten Kurs geben. Weitere Informationen folgen noch.



8. Gallspacher Fensterloas

Es wird Zeit sich Gedanken zur heurigen Fensterloas im Advent zu machen. Nach den Erfolgen der vorangegangenen Roasen in den letzten Jahren, veranstaltet die Gesunde Gemeinde Gallspach auch heuer wieder einen „Adventkalender der besonderen Art“. Jeden Tag öffnet sich ein neues Fenster, um zum Schluss den ganzen Markt in einen wundervollen Adventkalender zu verwandeln. Wir bitten Sie, liebe GallspacherInnen, uns wieder Ihre leerstehenden Auslagen zur Verfügung zu stellen, bzw. als Hausbesitzer ein Fenster an Ihrem Haus weihnachtlich zu schmücken. Auch freuen wir uns über kreative Köpfe, die sich vorstellen können, eine Auslage zu gestalten.

Die ersten Vorbesprechungen werden im Oktober sein. Daher würden wir uns sehr freuen, wenn Sie sich bitte bis spätestens Ende September am Gemeindeamt bei Frau Simone Schürz melden.

Hermi Straßmair

(AK Gesunde Gemeinde Gallspach)



Neue Fahrer für „Essen auf Rädern“

Die Kapazität für „Essen auf Rädern“ konnte aufgrund neuer freiwilliger Fahrer um das Doppelte erhöht werden. Wenn auch Sie ehrenamtliche/r Fahrer/in werden möchten, melden Sie sich bei uns am Gemeindeamt. .

Interessenten können sich an die Marktgemeinde Gallspach, Hauptplatz 8-9, 4713 Gallspach oder per E-Mail an simone.schuerz@gallspach.at wenden.

**Der Arbeitskreis der Gesunden Gemeinde Gallspach trifft sich das nächste Mal
am 20. September 2021
um 18.00 Uhr
im Marktgemeindeamt Gallspach.**

Herzlich eingeladen sind alle interessierten GemeindebürgerInnen, an diesem Arbeitskreistreffen teilzunehmen. Die Gesunde Gemeinde ist ein gemeinsames Netzwerk des Landes Oberösterreich, Abteilung Gesundheit und gesundheitsfördernder Städte und Gemeinden. Von 438 Gemeinden in OÖ beteiligen sich bereits 432 am Netzwerk Gesunde Gemeinde. Die ersten Ideen des Landes Oberösterreich entstanden dabei bereits vor mehr als 30 Jahren im Jahr 1989.

Mein Name ist Monika Greiner und ich komme aus Meggenhofen.

Ich bin SelbA - Trainerin und biete ab September 2021 das SelbA- Training in einer Gruppe in Gallspach an. **Wir treffen uns dann etwa alle 14 Tage am Donnerstag Vormittag zum gemeinsamen Gehirntaining und leichten Bewegungsübungen im Pfarrheim Gallspach.** Die zu der Zeit geltenden Hygieneempfehlungen und Corona Schutzmaßnahmen werden natürlich eingehalten.

SelbA(Selbständig und Aktiv) ist ein Trainingsprogramm für alle Interessierten ab ca. 70 Jahren, die Freude am Training in der Gruppe haben. Ziel der gemeinsamen Aktivität ist es, die Gesundheit zu steigern und Schwung ins Leben zu bringen. Ganz nach dem Motto von SelbA- „mit Lebensfreude älter werden“. Für Fragen oder Anmeldungen bin ich unter der Nummer : 0677/62690726 erreichbar
Monika Greiner

