

Herbstprogramm Gesunde Gemeinde Rohrbach-Berg 2022

ÖFFENTLICHE TAROCKABENDE

Ab Mittwoch, 21.09.2022, um 18:00 Uhr

Wie jedes Jahr gibt es heuer wieder jeden ersten und dritten Mittwoch im Monat im Gasthaus Dorfner das öffentliche Tarockieren für alle mit Freude am Spiel.

VORTRAG „FÜSSE, RÜCKEN & ENTSPANNUNG - FITNESS IN BALANCE“

Donnerstag, 29.09.2022, um 19:30 Uhr

Bewegung ist das billigste Medikament

- Was kann ich tun?
- Wie kann ich Bewegung in den Alltag einbauen.

Referent: Gunther Mittermayr MSc,
Physiotherapeut

Veranstaltungsort: Pfarrzentrum Rohrbach
Kostenbeitrag: Freiwillige Spende

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der KFB
Rohrbach

KOCHKURS „GENUSS GEÖFFELT – KÖSTLICHES AUS DER SUPPENKÜCHE“

Donnerstag, 06.10.2022, 18:00 Uhr

Selbstgemachte Suppen aus frischen Lebensmitteln bieten unendlich viele Variationsmöglichkeiten. Löffeln Sie Genuss pur!

Kursleiterin: Seminarbäuerin Romana Schauer
Veranstaltungsort: Bezirksbauernkammer
Kostenbeitrag: € 35,-

Anmeldung: im Büro der VILLA *sinnenreich*
Telefonnummer: 07289/224 58 20 oder
office@villa-sinnenreich.at

Gesunde Gemeinde Rohrbach-Berg



EINLADUNG zum Kochkurs „Genuss gelöffelt - Köstliches aus der Suppenküche“

Wann: Do, 6. Oktober 2022, 18:00 Uhr
Wo: Bezirksbauernkammer Rohrbach
Kursleiterin: Seminarbäuerin Romana Schauer
Anmeldung: Im Büro VILLA *sinnenreich*,
Di-Sa von 10-15 Uhr, bis 30. September,
Tel.: 07289/2245820
Dauer: Ca. 2,5 h, (3 Einheiten)
Kursbeitrag: Euro 35,-
Mitzubringen: Schürze, bequeme Schuhe,
Schreibzeug, Behälter für Kostproben



Dieses Praxisseminar ist ein Muss für alle deklarierten Suppenfans. Selbstgemachte Suppen aus frischen Lebensmitteln bieten unendlich viele Variationsmöglichkeiten und sind ein vollwertiges, gesundes Essen. In diesem Seminar lernen Sie ein passendes Süsschen für jede Gelegenheit zu kochen. Löffeln Sie Genuss pur!

Die Gesunde Gemeinde Rohrbach-Berg freut sich auf Ihre Teilnahme!

WIRBELSÄULENGYMNASTIK „STARKER RÜCKEN & ELASTISCHE WIRBELSÄULE“

Beginn: Donnerstag, 06.10.2022,
9:00 – 10:00 Uhr, 8 Kurseinheiten

Weitere Termine: 13.10. / 20.10. / 27.10. /
03.11. / 10.11. / 17.11. / 24.11.

Trainerin:

Dipl. Wirbelsäulentrainerin Kveta Lang

Veranstaltungsort: CITY FIT

Kostenbeitrag: Gesamtpreis € 64,-

Anmeldung: unter 0660/6077295 oder
office@cityfit.at

VORTRAG: „GEWALTFREIE KOMMUNIKATION“

Donnerstag, 20.10.2022, um 19:00 Uhr

Wir kommunizieren sozusagen von Herz zu Herz! Anhand von 4 Schritten der Gewaltfreien Kommunikation wird dies (er)lebbar.

Referentin: Mag.a Karin Luger, Mediatorin

Veranstaltungsort: Pfarrsaal Rohrbach

Kostenbeitrag: Freiwillige Spende

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der KFB
und Frauennetzwerk Rohrbach

Herbstprogramm Gesunde Gemeinde Rohrbach-Berg 2022

VORTRAG „SELBSTBESTIMMT IM ALTER“

Donnerstag, 10.11.2022, um 19:00 Uhr

Mit der Ansage der Selbstbestimmung wird eine Antwort auf viele Fragen des Älterwerdens angeboten.

Referent: DDr. Hans Popper

Veranstaltungsort: Pfarrzentrum Rohrbach

Kostenbeitrag: Freiwillige Spende

Eine Veranstaltung in Kooperation mit der KFB Rohrbach

**Gesunde Gemeinde
Rohrbach-Berg**



Einladung
zum Vortrag

„Selbstbestimmt im Alter“

- * Älter zu werden, ist eine mühsame Angelegenheit.
- * Die Gewissheit der eigenen Endlichkeit wird von zumeist widrigen Umständen begleitet.
- * Man sagt, die Würde des Menschen sei unantastbar.
- * Aber worin kann sie denn im Alter noch bestehen?
- * Mit der Ansage der Selbstbestimmung wird eine Antwort auf diese Frage angeboten.



DDr. Hans Popper PM,ME

Donnerstag, 10. Nov. 2022, 19:00 Uhr
Pfarrsaal Rohrbach

Keine Anmeldung erforderlich, freiwillige Spende

Die Gesunde Gemeinde Rohrbach-Berg und die Katholische Frauenbewegung freuen sich auf Ihre Teilnahme!



TAG DES APFELS

Samstag, 12.11.2022, 9:00 bis 11:00 Uhr

MitarbeiterInnen des Arbeitskreises verteilen den knackigen Vitaminspender am Rohrbach Wochenmarkt.

Yogabrunch

Samstag, 19.11.2022, 09:00 bis 11:00 Uhr

Kursleiterin: Mag. Heike Grill

Veranstaltungsort: Studio Yogamoments,
Ehrenreiterweg 4, 4150 Rohrbach-Berg

Kostenbeitrag: € 28,-

**Gesunde Gemeinde
Rohrbach-Berg**



Yogamoments

EINLADUNG
zum
Yogabrunch



Gibt es eigentlich eine bessere Kombination
als Yoga, gutes Essen & Zeit mit lieben Menschen?

Wann: Sa, 19. Nov. 2022 von 9:00 bis 11:00 Uhr

Wo: Yogamoments, Ehrenreiterweg 4, 4150 Rohrbach

Yogabegleiterin: Mag. (FH) Heike Grill

Anmeldung: Im Büro VILLA sinnreich, Di-Sa von 10-15 Uhr,
bis spätestens 12. Nov. 2022, Tel: 07289/22458

Kostenbeitrag: € 28,- inkl. Informationen und Rezepte

Ablauf: Um 9:00 Uhr starten wir mit einer aktivierenden Morgenyogaeinheit (auch für Yoganeulinge geeignet), die unseren Körper, Geist und Seele in Schwung bringt.

Im Anschluss erwartet euch Dipl. Ernährungsberaterin TCM Rosemarie Haider MAS mit einem warmen Frühstück nach den Fünf Elementen und lädt zum Verweilen und Genießen in gemütlicher Runde ein.



Die Gesunde Gemeinde Rohrbach-Berg freut sich auf Ihre Teilnahme!



KOCHKURS „KEKSE BACKEN“

Freitag, 25.11.2022, 13:30 Uhr

Freitag, 02.12.2022, 13:30 Uhr

Kursleiterin:

Seminarbäuerin Andrea Hintenberger

Veranstaltungsort: Bezirksbauernkammer

Kostenbeitrag: € 35,-/Person exklusive der Lebensmittelkosten

Anmeldung: im Büro VILLA sinnreich

Telefonnummer: 07289/224 58 20 oder

office@villa-sinnenreich.at

**Gesunde Gemeinde
Rohrbach-Berg**



EINLADUNG

zum Kochkurs
„Kekse backen“

Von traditionell bis modern und perfekt für jeden Anlass!

Wann: 2 Termine

Freitag, 25. Nov. 2022,
13:30 Uhr und am

Freitag, 2. Dez. 2022,
13:30 Uhr

Wo: Bezirksbauernkammer
Rohrbach

Kursleiterin: Seminarbäuerin
Andrea Hintenberger

Anmeldung: bis 11. Nov. 2022

im Büro der VILLA sinnreich, Di-Sa von 10-15 Uhr,
Tel.: 07289/2245820 oder office@villa-sinnenreich.at

Dauer: bis ca. 17 Uhr

Kursbeitrag: Euro 35,-/Person exklusive der Lebensmittelkosten

Mitzubringen: Schürze, Schreibzeug, Keksdose für Kostproben

Die Gesunde Gemeinde Rohrbach-Berg freut sich auf Ihre Teilnahme!

