

■ 15 Jahre Gesunde Gemeinde Straßwalchen

Die Gesunde Gemeinde ist im Jahr 2023 15 Jahre alt geworden. Es hat sich viel bewegt in dieser Zeit:

- Halbjährliche Angebote zur Gesundheitsförderung
- Lauf- und Walkingstrecken sowie der Eislaufplatz

Im Jahr 2018 wurde das 10-jährige Bestehen mit einem Fest der Vereine gefeiert, weil auch Vereine aller Art einen wesentlichen Betrag für eine gesunde Gemeinde leisten hinsichtlich sozialer Kontakte wie geselliges Beisammensein, aber auch Bewegung, Ernährung, mentaler Stärke, Persönlichkeitsentwicklung und vielem mehr ... Es ist wieder Zeit, dem **Arbeitskreis** für die tatkräftige und ehrenamtliche Mitarbeit zu danken. Ohne dieser Mitarbeit wäre ein halbjährliches Programm nicht möglich. Vielen Dank auch an **AVOS** – Gesellschaft für Vorsorgemedizin GmbH, die im Auftrag des Landes Salzburg tätig ist. Frau Mag. Patricia Lehner (Bereichsleiterin regionale Gesundheitsförderung bei AVOS) begleitet uns in einer sehr umsichtigen, ideenreichen und hilfsbereiten Art und Weise. Als Gesunde Gemeinde verstehen wir uns als Plattform. Wir unterstützen einerseits mit Veröffentlichung diverser Angebote, bereiten aber auch selbst Angebote vor und organisieren Veranstaltungen. Seit kurzem kooperieren wir mit den Gesunden Gemeinden Neumarkt und Henndorf und unterstützen uns gegenseitig mit Veröffentlichungen, damit ein gemeinde-übergreifendes Publikum angesprochen werden kann. In diesen drei Gemeinden leben rund 20.000 Menschen. Das **Jahr 2024** wird der „**Demenzfreundlichen Gemeinde**“ gewidmet. Es geht um den wertschätzenden Umgang mit Personen im Alltag, beim Einkaufen, in der Bank, bei der Post, usw., die als verwirrt wahrgenommen werden.

KONTAKT

Marktgemeinde Straßwalchen

Projektleitung: Mag. Erich Haas

Mayburgerplatz 1, 5204 Straßwalchen

Tel. 06215/8209-0, E-Mail: gemeinde@strasswalchen.at

www.strasswalchen.at

Wir übernehmen keine Haftung im Rahmen der Veranstaltungen.

Sportvereine in Straßwalchen

Sportunion Straßwalchen, Michael Badinger
Raiffeisenstraße 5, 5204 Straßwalchen, Tel. 0664/3732304
www.sportunion-strasswalchen.at

biking6 - Mountainbike Verein, Christoph Zallinger
www.biking6.at

TTV-Tischtennisverein, Dieter Karner
Römerstraße 28, 5204 Straßwalchen, Tel. 0650/5451160
www.ttv-strasswalchen.at

Tennis-UTC Straßwalchen, Heimo Doppelreiter
Salzburger Straße 46, 5204 Straßwalchen
Tel. 0664/6597893, www.utc-strasswalchen.at

Turnverein Straßwalchen 1868
Manuela Meister, Westring 119, 5204 Straßwalchen
Tel. 0664/75047934, E-Mail: meister.m@pr-link.at

Laufverein Straßwalchen, Dr. Ursula Mayer-Zuchi
Staudenweg 53, 5204 Straßwalchen
Tel. 0676/9036363, www.laufverein-strasswalchen.at

MSV Voglhub, Robert Berer
Aigelsbrunn 31, 5204 Straßwalchen, Tel. 0664/3994247
www.msv-voglhub.at

Karateverein, Mag. Andreas Brodinger
Westring 135, 5204 Straßwalchen, Tel. 0664/8289777
www.karate-sbg.at

Judo Union Raiffeisen Flachgau, Karin Dorfinger
Lärchenweg 21, 5204 Straßwalchen, www.judo-austria.com

Reit- & Fahrverein Irrsdorf, Anton Meingast
Irrsdorfer Straße 63, 5204 Straßwalchen, Tel. 06215/6514

URC - Burghauser, Gerhard Ledl
Innerroid 5, 5204 Straßwalchen
Tel. 06215/6407, www.burghauser.at

SV Straßwalchen, Sektion Fußball, Wilhelm Hofmann
Sportplatzstr. 20, 5204 Straßwalchen, Tel. 0664/2010567

Österr. Alpenverein, Ortsgruppe Straßwalchen
Johann Maderegger, Stullerding 26, 5221 Lochen
E-Mail: danglhans60@gmail.com

Sportschützen Straßwalchen
Scharschinger Franz, Obere Aichbergstraße 14
5204 Straßwalchen, Tel. 0676/9045274

Eisschützenverein Straßwalchen Franz Loibichler
Westbahnstraße 4, 5204 Straßwalchen, Tel. 06215/20 060
www.ev-strasswalchen.com

Straßwalchen Tigers W&B Basketballverein
Norbert Hitter, Irrsdorfer Kirchenstraße 23/4
5204 Straßwalchen, Tel. 0650/7621280
office@basketball-tigers.at, www.basketball-tigers.at



**GESUNDE
GEMEINDE**
STRASSWALCHEN

Winterprogramm 2023/24

©Josef Adam / TVB Straßwalchen



AVOS

Gesund und bewusst leben.



KURSE 2023/24

■ **Freitags, ab 22. 09. 23**

Tanzkurse (insgesamt 15 Einheiten)

In der 1. Stunde kann gerne geschnuppert werden!

Ort: Gymnastikraum des Seniorentageszentrums

15:40 Uhr Little Kids Dance (4 - 6 Jahre)

16:30 Uhr Cool Kids Dance (7 - 9 Jahre)

17:20 Uhr Teeny Dance 1 (10 - 12 Jahre)

18:10 Uhr Teeny Dance 2 (ab 13 Jahre)

Info, Preise und Anmeldung: Tel. 0650/2338413

E-mail: christine.strubreiter@liwest.at

www.expression-dance.com

■ **Tanz ab der Lebensmitte**

findet jeden Dienstag statt - kein Tanzpartner nötig!

Dauer: 14:30 – 16:00 Uhr

Ort: Turnsaal Seniorentageszentrum Straßwalchen

Info: Theresia Gurnig, Tel. 0650/3243667

■ **Mo 06./13./20./27. 11. 23, 04./11./18. 12. 23** **Leichter Bewegen mit der Feldenkrais-Methode**

Zeit: 09:00 - 10:00 Uhr; Einstieg jederzeit möglich,

Kosten: € 16,- / Einheit mal Kurswochen,

Ort: Schnaufpause Straßwalchen, Salzburgerstraße 15a

Info & Anmeldung: www.move2beyou.at,

Sonja Oberascher, Tel. 0664/7849620

■ **Do 09./16./23./30. 11. 23, 07./14. 12. 23** **Funktionelles Ganzkörpertraining**

Zeit: 09:00 - 10:00 Uhr; Einstieg jederzeit möglich,

Kosten: € 15,- / Einheit mal Kurswochen,

Ort: Schnaufpause Straßwalchen, Salzburgerstraße 15a

Info & Anmeldung: www.move2beyou.at,

Sonja Oberascher, Tel. 0664/7849620

KURSE 2023/24

■ **Sa 11. 11. 23 & 20. 01. 24**

BLW Babygeleitete Beikosteinführung

Beginn: 09:30 Uhr

Kosten: € 10,- pro Person und € 15,- pro Paar

Ort: EKIZ Straßwalchen, Mondseerstraße 16

Info: Katharina Miladinovic, Tel. 0660/4761924

■ **Mi 15. 11./6. 12. 23, 03. 01./07. 02. 24** **Babytreff**

Beginn: 14:00 Uhr

Kosten: € 5,-

Ort: EKIZ Straßwalchen, Mondseerstraße 16

Info: Katharina Miladinovic, Tel. 0660/4761924

■ **Mi 15. 11./6. 12. 23, 03. 01./07. 02. 24** **Kleinkindertreff**

Beginn: 16:00 Uhr

Kosten: € 5,-

Ort: EKIZ Straßwalchen, Mondseerstraße 16

Info: Katharina Miladinovic, Tel. 0660/4761924

■ **Sa 25. 11. 23**

Tragekurs für Einsteiger und zum Auffrischen

Beginn: 09:30 Uhr

Kosten: € 35,-

Ort: EKIZ Straßwalchen, Mondseerstraße 16

Info: Katharina Miladinovic, Tel. 0660/4761924

■ **Sa 16. 12. 23 & 10. 02. 24**

Achtsames Abstillen von Kleinkindern

Beginn: 09:30 Uhr

Kosten: € 10,-

Ort: EKIZ Straßwalchen, Mondseerstraße 16

Info: Katharina Miladinovic, Tel. 0660/4761924

VORTRÄGE & KURSE 2024



EISLAUFPLATZ
STRASSWALCHEN



■ **Die Eislaufsaison startet am 02. Dez. 2023!**

Kartenverkauf: Gemeinde Straßwalchen,

Tel: +43(0)6215/8209-0 oder direkt am Eislaufplatz!

■ **Do 11./18./25.01.2024, 01./08./15.02.2024** **„Kick den Tschick“**

Mehr Luft zum Leben - Endlich rauchfrei

Zeit: 17:30 - 19:00 Uhr, **Kosten:** € 30,- für Versicherte der ÖGL und BVAEB; Versicherte der SVS zahlen € 75,- (bei Teilnahme v. mind. 4 Modulen), **Ort:** Seniorenwohn-

haus Straßwalchen - Cafeteria, Mondseerstraße 16

Anmeldung: Tel. 0662/8875880, avos@avos.at

■ **Di 30. 01. 24**

Immunsystem stärken – darmgesund essen zur Unterstützung der Abwehrkraft

Vortragende: Mag. Gertrude Horvath

Beginn: 19:30 Uhr

Ort: Schulungsraum, Salzburger Straße 13

■ **Di 05. 03. 24**

Vortrag: Begegnung mit Demenz

im Lebens- und Berufsalltag

Ort: Seniorenwohnhaus Straßwalchen - Cafeteria,

Mondseerstraße 16; **Beginn:** 19:00 Uhr; **Anmeldung:** bis spätestens 15. 02. 24, Tel. 06215/8550

■ **Mi 27. 03. 24**

Workshop „bewusst-sicher-mobil – im Auto unterwegs“ vom Kuratorium für Verkehrssicherheit

Zielgruppe: aktive PKW-LenkerInnen ab 65 Jahren

Ort: Schulungsraum Straßwalchen, Salzburger Str. 13

Dauer: 15:00 - 17:30 Uhr; **Anmeldung:** bis spätestens 18. 03. 24, Tel. 0664/1446138