

Projekt "Gesundes Dorf Eberau"

Gesundheit ist ein wichtiges Thema und wir haben im Zuge unseres Dorferneuerungsprozesses erkannt und beschlossen, in dieser Richtung weiter zu arbeiten. Zu diesem Thema steht der Gemeinde auch professionelle Hilfe in Form des Vereines für prophylaktische Gesundheitsarbeit beratend zur Seite, welcher im Rahmen des vom Land Burgenland initiierten Gesundheitsförderungsprojektes "Gesundes Dorf" tätig ist.

Dieses Projekt bietet einen umfassenden und ganzheitlichen Ansatz für gesundes Leben und Wohlfühlbefinden. Die Themen **„Bewegung“**, **„Ernährung“**, **„Kommunikation & Soziales Miteinander“** sind am Startworkshop am 29. November 2013 ausgewählt worden. In Kleingruppen sind Ziele und Maßnahmen erarbeitet worden.

Thema „Bewegung“ - Ziele:

- 1) Angebote für regelmäßige Bewegungseinheiten
- 2) Vorhandene Möglichkeiten nutzen (Aerobic, Damenturnen, Tanzen,...)
- 3) Bewegungseinheiten im Rahmen der Nachmittagsbetreuung

Thema „Bewegung“ - Aktivitäten:

- 1) Bewegung in der Gruppe – mehr Motivation
- 2) Informationen ausbauen
- 3) Schnupperangebote für diverse Altersgruppen
- 4) Bewegungstag

Thema „Ernährung“ – Ziele:

- 1) Grundnahrungsmittel erkenne und verarbeiten
- 2) Kräuter erkennen
- 3) Regionale Lebensmittel selbst herstellen – Gemüse, Obst, Fleisch, Eier,...

Thema „Ernährung“ – Aktivitäten:

- 1) Kräutergarten beim Biotop in Eberau – anlegen, pflegen, ernten, verarbeiten
- 2) Kräuterwanderung mit Verkostung
- 3) Vermarktung von regionalen Lebensmitteln

Thema „Kommunikation und soziales Miteinander“ - Ziele:

- 1) Gründung eines Sozialvereins
- 2) Integration von Zugezogenen
- 3) Parteiübergreifende Politik – Menschen sollen im Vordergrund stehen

Thema „Kommunikation und soziales Miteinander“ - Aktivitäten:

- 1) Hilfestellungen im alltäglichen Dingen – einkaufen, Behördenwege, Arztbesuche
- 2) „kleine“ Dienstleistungen – Rasen mähen, Schnee räumen, Holzarbeiten
- 3) Anlaufstelle für soziale Problemfälle – AnsprechpartnerInnen stellen.

GESUNDES DORF – Eberau bewegt sich!

1) Workout im Freien (walken, laufen, biken):

Wir starten am Donnerstag, den **27.02.2014** um **17 Uhr** beim **Gemeindezentrum in Eberau**.

2) Gesundheitstraining (Rückenschule, Gymnastik, Aerobic):

Wir starten am Montag, den **03.03.2014** und am Montag, den **10.03.2014** um jeweils **18 Uhr** mit einer **Schnupperstunde** im **Turnsaal in Eberau**.

Regelmäßige Trainings-Termine von Kinga Lukacs-Fekete:

Montag um 18 Uhr und Samstag um 9 Uhr im Turnsaal in Eberau

Kontakt Daten Gesundheitstraining und Erstberatung:

Kinga Lukacs-Fekete: 0680/4429273 oder auf Facebook

Interessierte Bürgerinnen und Bürger aller Altersschichten sind herzlichst eingeladen!

Wünsche / Vorschläge zum Projekt „Gesundes Dorf Eberau“ bitte im Gemeindezentrum kommunizieren!

Weitere **Infos zum Projekt und Termine** finden Sie auf der Gemeindehomepage www.eberau.at

