



GESUNDE GEMEINDE

Schwammerlseminar 22.09.2023

Am Freitag dem 22. September ging es wieder auf zum lustigen Schwammerlsuchen. Selbst vom anhaltenden Regen ließen sich die 15 Teilnehmer nicht aufhalten. Wir sammelten im Wald rund um das Skisprungzentrum eine ganze Menge verschiedener Pilze. In diesem Gebiet werden immer wieder seltene Exemplare gefunden. Dieses Mal war der besonders giftige „Spitzgebuckelte Raukopf“ dabei.



Die gesammelten Schwammerl wurden im Anschluss mit dem Schwammerl-Sachverständigen und Mykologen Alfred Schwarz besprochen. Dabei ging es auch um die Heilkraft der Pilze. Immer mehr Menschen wissen diese zu schätzen. Ein besonderes Dankeschön auch dem Skiclub, der uns seine Räumlichkeiten zur Verfügung stellte. Auch die Jägerschaft Höhhart beteiligte sich an der Veranstaltung. Somit wieder ein gutes Beispiel für die Zusammenarbeit unter den Höhharter Vereinen.

Gesunde Schuljause

Wie haben wieder mit der Schuljause begonnen, am 22.09.2023 gabs für unsere Kinder Schnittlauchbrote und Apfelmus. Am 06.10.2023 kochten die Bäurinnen und sie verwöhnten die Kinder mit einer köstlichen Kürbissuppe mit Kartoffelweckerl und Weintrauben uns unseren Gärten. Am 20.10.2023 gibt's Körnerschnecken mit Aufstrich mit Gemüsesticks.

Ich bedanke mich bei allen, die uns mit Köstlichkeiten beschenken.



Gesunde Gemeinde Höhhart
· Ernährung · Bewegung · Gesundheit · Psyche · Umwelt



Nordic Walking

Wann/Wo: jeden Samstag, ab 02.09.2023
Uhrzeit: 14:00 Uhr
Treffpunkt: Gemeinde Höhhart



Bodystyling

mit Aerobic-Trainerin Nicole Hütter

Wann/Wo: jeden Dienstag, ab 12.09.2023, Turnhalle VS
Uhrzeit: 19:00 bis 20:00 Uhr
Kosten: € 4,- pro Einheit



Fit durch den Winter

mit Übungsleiter Hans Ortner

Wann/Wo: jeden Mittwoch, ab 13.09.2023, Turnhalle VS
Uhrzeit: 19:00 bis 20:00 Uhr
Kosten: € 4,- pro Einheit



Nachmittags-Turnen

mit Übungsleiterin Johanna Hintermair

Wann/Wo: jeden Mittwoch, ab 20.09.2023
Uhrzeit: 13:30 bis 14:30 Uhr
Kosten: kostenlos



Die Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigene Verantwortung.

Gesunde Gemeinde Höhhart
· Ernährung · Bewegung · Gesundheit · Psyche · Umwelt



„HOANGARTEN“

Einladung zur gemeinsamen Häkel-/Strickrunde



Auch heuer laden wir wieder in gemütlicher Runde zum gemeinsamen Arbeiten an tollen Wollerelementen ein. Hier haben alle Handarbeitsbegeisterten die Möglichkeit sich über Muster und Tricks auszutauschen, ebenso werden viele neue Anregungen gegeben und Anfänger werden tatkräftig unterstützt. Hier ist jede/r herzlich willkommen! Material und Zubehör kann beim Handarbeitsabend erworben werden.

ab Oktober 2023 - jeden Mittwoch
um 18:30 Uhr

im Pfarrhof Höhhart, 1. Stock

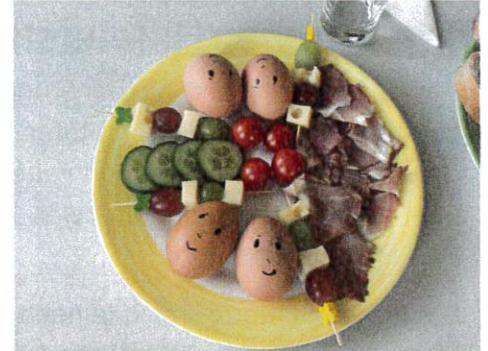


GESUNDE GEMEINDE

Unsere Schuljause

In diesem Schuljahr gab es:

- Kressebrote mit Gemüse
- Birchnermüsli
- Erdbeer,- Weintrauben- Wurfspieße, Melonen und Cookies
- Pizzaschnecken mit Melonen
- Innviertler Jause gab es zum letzten Mal für dieses Schuljahr.



Und zum Abschluss bastelten und schenkten wir den Kindern ein Bschorl Binkerl. Danke an die Mütter und Lehrer.

Wir wünschen den Kindern, Eltern und Lehrern schöne, erholsame Ferien.

Im Herbst freuen wir uns, euch wieder zu verwöhnen.

Veranstaltungen

Im Herbst beginnen wir wieder mit unseren gewohnten Veranstaltungen.

Nähere Informationen werden noch bekannt gegeben.





Männergesundheit

Am Samstag dem 08. Oktober 2022 wurde von der Gesunden Gemeinde Hönhart im Rahmen des Projektes „Männergesundheit“ eine Doppelveranstaltung durchgeführt.

Im ersten Teil erläuterte Physiotherapeut Hans Stoll mit einem äußerst interessanten Vortrag wo die Schwachstellen des so starken Geschlechtes Mann liegen. Hans ist ein Therapeut mit profundem Wissen und jahrelanger Erfahrung in der Praxis. Die Zuhörer hörten auch, dass sich psychischer Druck oft in Beschwerden auswirkt. In einer lebhaften Diskussions- und Fragerunde konnten noch viele Fragen beantwortet werden.

Im Anschluss zeigte uns die Herbstheimer Outdoor Trainerin Nicole Lechner, wie man seinen Fitness-Zustand verbessert.

Das Training ist eine ausgewogene Mischung aus Ausdauer und Krafttraining. Alle Teilnehmer waren mit Spaß und Einsatz dabei und konnten sich dann über eine Stärkung freuen. Nicole trainiert schon seit längerem mit vielen Hönhartern beim Aigertshamer Spielplatz.

Nähere Infos zu Nicole und ihrem Training gibt es auf www.die-fitmacherin.at

Für November ist eine weitere Veranstaltung der „Männergesundheit“ geplant. Nähere Infos folgen.

FEUERWEHR THANNSTRASS

Technisches Hilfeleistungsabzeichen

Nach wochenlanger Vorbereitung traten wir am 8. Mai zur Abnahme in den Stufen Bronze, Silber und Gold an. Gemeinsam mit den Feuerwehren Hönhart und Außerleiten konnten vier Gruppen an der Prüfung teilnehmen.

Die Prüfung unterteilt sich je nach Stufen in mehrere Bereiche. Der erste Teil ist die Gerätekunde, wo zuvor gezogene Geräte bei geschlossenen Türen am Fahrzeug auf eine Handbreite genau zu finden sind. Beim zweiten Teil muss ein simulierter Verkehrsunfall richtig und zeitgerecht abgearbeitet werden. Dabei wird die Unfallstelle abgesichert, der Brandschutz aufgebaut und wichtige Geräte bereitgestellt. Auch das hydraulische Rettungsgerät muss zur Unfallstelle gebracht und richtig bedient werden. In Silber und Gold werden zusätzlich die Aufgaben gezogen.

In der Stufe Gold müssen dann noch verschiedene Truppaufgaben wie die richtige Handhabung der Motorsäge erklärt und vorgeführt werden.

Alle vier Gruppen konnten die Prüfung bestehen und somit konnten 14 Abzeichen in Gold und

3 Abzeichen in Silber erworben werden. Vielen Dank gilt auch dem Bewerter-Team rund um BR Baier Franz um die Durchführung der Abnahme.





GESUNDE GEMEINDE

Turnangebote

Der Winter ist vorbei und so stellt sich das Turnen wieder ein. Wir haben mit Pilates, Fit im Winter und dem Nachmittagsturnen aufgehört. Ich bedanke mich bei den Vorturnern und allen Mitturnern.

Bodystyling und das Outdoor Training geht noch weiter.

An alle die gerne Nordic Walking gehen. Wir gehen jetzt wieder Dienstags um 19.00 . Abmarsch ist beim Gemeindeamt.

Gesunde Jause

Diese leckeren Sachen gab es zur Schuljause: gefüllte Salzstangerl, Apfelkarottenaufstrichbrote, Erdäpfelsuppe mit kleinem Gebäck, Apfelmus mit Schokobrötchen, Eiaufstrichbrote mit Gemüse und Obstsalat, ein Fastenbeugerl (hat bei uns einen Osterbrauch) und Radieschenvollkornbrote. Zu Ostern bekamen die Kinder ein goldenes Osterei in einer Schachtelform mit einer Ostergeschichte.



Verabschiedung

Am 26.01.23 musste ich wieder zwei von meinen lieben Mitarbeitern verabschieden, unsere Gerlinde Steinberger und Monika Meixner. Danke liebe Gerlinde für deine wertvolle Mitarbeit, du bist und warst eine so zu verlässliche Mitarbeiterin, die mir stets den Rücken freigehalten hat, und ich vermisse dich schon heute.

Auch unsere liebe, stets lustige Mitarbeiterin Monika Meixner musste ich nach 10 Jahren toller Unterstützung auf Wiedersehen sagen. Wir bedanken uns ALLE für die gute Zusammenarbeit und wünschen euch beiden alles Gute.

So schwer es mir auch immer wieder fällt, eine große Freude bleibt – unsere Freundschaft.

Obfrau Johanna Hintermair



Männergesundheit



Schon lange wird in Höhnhart Tarok gespielt. Das Kartenspiel, das 1425 in Oberitalien entstanden ist, wird heute in verschiedensten Varianten von Sizilien bis Dänemark und Frankreich gespielt.

Faszinierend sind dabei die kunstvoll gestalteten Karten. Und für den Spieler die vielen möglichen Varianten, die Tarok zum absoluten Königsspiel machen.

Höhnharter Erzählungen besagen auch, dass früher bei den Bauern vor allem im Winter, wenn schon nicht täglich dann zumindest wöchentlich gespielt wurde.

Nun hatten sich einige Höhnharter Tarok-Fans entschlossen einen Kurs zu veranstalten.

Unter Leitung von Tarok Altmeister Johann Stempfer der unterstützt wurde von Georg Buchecker, Josef Sattlercker, Ferdinand Hintermair und Johann Meixner fanden dann 4 Tarok-Abende im März 2023 statt.

Die hohe Anzahl von ca. 20 Kursteilnehmern hat gezeigt, dass in der Bevölkerung hohes Interesse herrscht. Trotz hoher geistiger Anstrengung blieben alle an der Karte mehr oder weniger hängen.

Auch eine Gruppe Frauen war unter den interessierten Teilnehmern. Nun geht es daran dranzubleiben und das Gelernte in die Praxis umzusetzen.



Hoangarten

Einladung zur gemeinsamen Häkel-/Strickrunde

Wir treffen uns bis zur Sommerpause immer am Mittwoch ab 18.15 Uhr, Parrhof Höhnhart, 1. Stock um viele Anregungen, Muster und Tricks auszutauschen. Ebenso werden viele neue Anregungen gegeben und Anfänger werden tatkräftig unterstützt.

Bei uns ist jeder willkommen, egal in welcher Altersgruppe!

Material und Zubehör kann beim Handarbeitsabend erworben werden!



Bezirkstreffen der Gesunden Gemeinden

Aktuelle Gesundheitsinformationen beim Bezirkstreffen der Gesunden Gemeinden im Bezirk Braunau.

In den Räumlichkeiten des Stadtsaals Mattighofen fand am 24. April 2023 das Bezirkstreffen der Gesunden Gemeinden Braunau statt. Über 130 Teilnehmer/innen folgten der Einladung der Abteilung Gesundheit des Landes OÖ und der zuständigen Regionalbetreuungen Claudia Weibold und Nina Sinnhuber.

Die aktuellen Programme und Projekte der Gesundheitsförderung mit praktischen Umsetzungsmöglichkeiten wurden von Mag. Doris Kasberger von der Abteilung Gesundheit vorgestellt. Auch der neue Jahreschwerpunkt „gesund betreuen. gesund bleiben“ war Thema des Abends.

Wissenswertes aus dem Bezirk Braunau präsentierten die Regionalbetreuerinnen Claudia Weibold und

Nina Sinnhuber und gaben damit einen Einblick in das ehrenamtliche Engagement in den Gesunden des Bezirks.

Ehrenamtliche sind das Herzstück vieler Initiativen und gestalten das Gemeindeleben maßgeblich mit. Ohne freiwilliges Engagement und Ehrenamt wäre die Gesunde Gemeinde in ihrer Vielfalt undenkbar. Aber wie kann man Interessierte ansprechen und zum Mitwirken motivieren? Petra Köppl, Leiterin des Unabhängigen Landesfreiwilligenzentrums, kurz ulf, präsentierte Ideen und Erfahrungen zur Gewinnung von Ehrenamtlichen.

Für ihre langjährigen, ehrenamtlichen Tätigkeiten wurden im Rahmen des Bezirkstreffens folgende insgesamt 21 Arbeitskreisleiter/innen geehrt, darunter Johanna Hintermair der Gesunden Gemeinde Höhnhart.

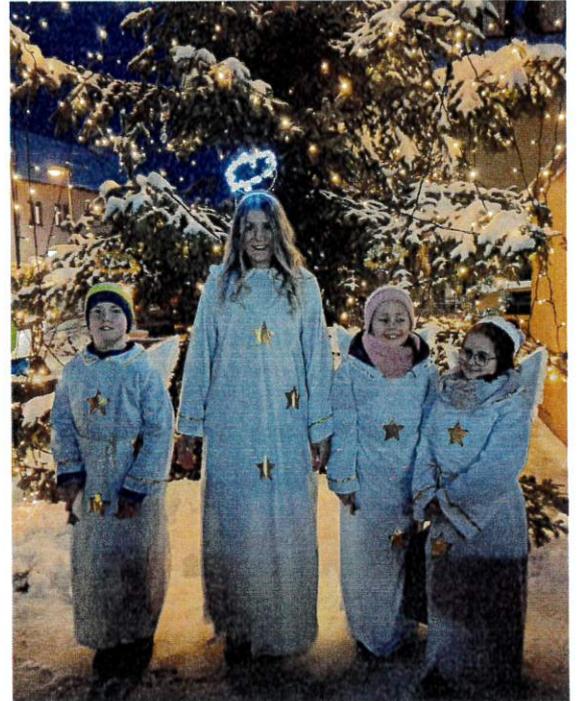
Foto: Fotostudio Manfred Fesl, Mattighofen



Adventmarkt

Der Adventmarkt konnte heuer endlich wieder seine Türen öffnen. Die Vereine verwöhnten uns mit vielen Köstlichkeiten. Um 16 Uhr fingen die Bradl4dla an zu spielen und wir genossen bei bester Stimmung bis 19 Uhr vorweihnachtliche Lieder. Auch das Christkind mit ihren Engerln besuchte die kleinen und großen Gäste. So wurde es wieder ein wunderbarer und erfolgreicher Adventmarkt.

Danke an Alle!



GESUNDE GEMEINDE

Schuljause

Unsere bewährte Schuljause fand auch im letzten Jahr wieder großen Anklang:

Am 21.10.22 gabs Pizzastangerl und -schnecken mit Gemüsesticks.

Am 4.11.22 Honigbrote, welche die Kinder so sehr lieben.

Am 18.11.22 haben wir ihnen Kürbissuppe mit Brotwürfel gemacht, dabei möchte ich mich bei der Kürbisspende recht herzlich bedanken.

Am 2.12.22 machten wir Erdäpfelkäsbrote und am 16.12.22 gab es Steckerl-Weihnachtsbaumlebkuchen mit Mandarinen und Nussvariationen.

Auch den Kindergartenkindern überreichten wir kleine Steckerl-Weihnachtsbaumlebkuchen.





Verabschiedung Manuela Hager

Bei unserer letzten Sitzung mussten wir schweren Herzens unsere langjährige Mitarbeiterin Hager Manuela aus unserer Gruppe verabschieden. 12 Jahre lang war sie unsere gute Seele in unserem Team. Viele Stunden der Erinnerung an arbeitsreiche und lustige Momente bleiben. Liebe Manuela wir wünschen dir alles Gute und Liebe und danken dir für deinen wertvollen Beitrag! Das Schöne ist, wir bleiben ja alle weiterhin gute Freunde.

Ich danke euch allen für die Unterstützung und so wünsche ich euch und uns wieder ein erfolgreiches Jahr 2023!

AKL Johanna mit ihrem Team



Abschluss des Männerprojektes

Besuch des Biohofes Erlinger in Pfendhub.

Zum Abschluss unseres 3jährigen Männerprojektes besuchten wir den Biohof Erlinger in Pfendhub. Wir erfuhren wissenswertes über biologische Lebensmittel. Der Biohof Erlinger ist bekannt für seine Dinkelprodukte, die man im eigenen Hofladen oder im Online-Shop erwerben kann.

Weiters ist hier in Pfendhub 3 auch der Sitz der Pfesch Privatbrauerei. Einer der Gründer Martin Erlinger führte uns durch die Brauerei und erklärte uns den doch ziemlich komplexen Brauvorgang. Natürlich darf in einer Brauerei eine Verkostung nicht fehlen.

Wir verkosteten die Eigenbiere und unter Anleitung die 9 Biere der Innviertler Probier-Box.

Dazu wurde uns eine köstliche Jause serviert.

Der Hofladen ist MO-FR von 9.00 bis 18.00 und Samstag von 9.00 bis 12.00 Uhr geöffnet.

Bei Fragen zur Brauerei kann man sich bei Martin Erlinger unter 0676 / 7787090 melden.

