



Aktuelles, Tipps & Termine aus dem Burgenland

Jubel, Jubel!

Mit Stolz dürfen wir unser **101. Gesundes Dorf** verkünden: die Gemeinde **Rohr im Burgenland** findet man im **Bezirk Güssing**. Rohr ist für sein **Moor** inklusive seinen **Moorochsen** bekannt und immer einen Ausflug wert. Sobald es die Corona Bedingungen zulassen, wird es einen Start-Workshop in Rohr geben. Willkommen, liebe Gemeinde Rohr, in der Familie der Gesunden Dörfer!



Bewegt im Park

Ab Juni 2021 startet das kostenlose Outdoor Bewegungsangebot **BEWEGT IM PARK** in 35 burgenländischen Gemeinden. Hinkommen & einfach mitmachen! Zum genauen [Kursplan hier](#). Sollte auch ihr Gesundes Dorf an einer Teilnahme im Sommer 2022 interessiert sein- bitte an die zuständige Regionalmanagerin wenden.

Bewegung ist ein wichtiger Faktor für unsere Gesundheit. Wie wir mit gesunder Bewegung unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit fördern können, zeigen uns die **Österreichischen Bewegungsempfehlungen**. Diese sind, je nach Altersgruppe in 6 Zielgruppen gegliedert:

- Kinder im Kindergartenalter (3-6 Jahre) [Infofolder](#)
- Kinder und Jugendliche von 6-18 Jahren [Infofolder](#)
- Erwachsene von 18 bis 65 Jahren [Infofolder](#)
- Ältere Erwachsene ab 65 Jahren [Infofolder](#)
- Erwachsene mit chronischen Erkrankungen [Infofolder](#)
- Frauen während der Schwangerschaft und danach [Infofolder](#)
- Bewegungsempfehlungen -aber sicher![Infofolder](#)

<hr size=1 width="100%" noshade style='color:white' align=center>

Rauchfrei mit der ÖGK-9.6.2021

Online-Gruppenentwöhnungskurs

Neben dem Serviceangebot des „Rauchfrei Telefons“ bietet die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) das sechswöchige ambulante Gruppen-entwöhnungsprogramm **„Rauchfrei mit der ÖGK“** an.



Eine Tabakentwöhnungsexpertin der ÖGK (Klinische und Gesundheitspsychologin) unterstützt die Teilnehmer*innen auf dem Weg zum/zur Nichtraucher*in. Es erwarten Sie u. a. ausführliche Gruppengespräche, individuelle Tipps zur Unterstützung beim Rauchstopp, eine Analyse des eigenen Rauchverhaltens, verschiedene Motivationstechniken sowie ausführliche Kursunterlagen.

Kosten: 25,00 € für den gesamten Kurs

Kursbeginn: am 09.06.2021, um 18.00 Uhr (Einstieg per Link ab 17.30 Uhr)

Anmeldung per E-Mail an: gesund-12@oegk.at

<hr size=1 width="100%" noshade style='color:white' align=center>



Ernährung für Jung & Junggebliebene

Sie sind interessiert an gesunder Ernährung oder wollen Ihr Essverhalten verändern?

Die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) im Burgenland bietet hierzu kostenlose Veranstaltungen an.

Online Angebote der ÖGK- kostenlos

G`scheit essen

Nächste Termine, jeweils von 17.00- 18.00 Uhr:

"Kilos Cholesterin und Co." am Dienstag, 8.6.2021

"Darmgesundheit- das tut mir gut" am Dienstag, 15.6.2021

Telefonische Anmeldung: 05 066- 131713. Infos gibt`s [hier](#).

REVAN- Richtig Essen von Anfang an

ONLINE Workshops, die auf die Bedürfnisse von Eltern und Kind eingehen, vollgepackt mit wertvollen Tipps, um ihren Alltag förderlich zu gestalten. Neben dem **Angebot für Schwangere und Babys** werden auch kostenlose Workshops für Eltern von **1 bis 3-jährigen Kindern** angeboten.

Die ONLINE Termine auf einem Blick für Juni, Juli und August 2021 gibt es [hier zum Nachlesen](#).

<hr size=1 width="100%" noshade style='color:white' align=center>

Gesundes Dorf Plogging Challenge

1-2-3 Gesundes Dorf Plogging Challenge....VORBEI!

Unsere 1. burgenlandweite Gesundes Dorf Plogging Challenge war ein voller Erfolg. Deshalb möchten wir uns fürs Mitmachen, die Fotos und Videos recht herzlich bedanken. Ebenso ein großes Danke an alle Sponsoren, Unterstützer*innen und Kooperationspartner*innen.

Eindrücke, Fotos, Sponsoren, Preise gibt es [hier](#).

Wir freuen uns schon auf die nächste Gesundes Dorf Plogging Challenge 2022.



Bildungsnetzwerk-Seminare Burgenland 2021



2.- 3. Juli 2021 Soziokratisch Meetings gestalten- effektiv & kooperativ

Meetings und Besprechungen effizient abhalten und dabei das Wissen aller miteinzubeziehen, niemanden zu übergehen und so die beste Lösung finden. Klingt schwer? Dann ab zum Seminar mit Floiran Bauernfeind! Kennenlernen der Grundlagen und erste Erfahrungen mit soziokratischer Sitzungsgestaltung und Gesprächsführung sammeln.

Termin: Fr 2. – Sa 3. Juli 2021,
jeweils 9.00 bis 17.00 Uhr
Ort: voraussichtlich Hotel Neufelder
See, Eisenstädter Straße 35, 2491
Neufeld an der Leitha
Trainer: Florian Bauernfeind, Preis:
EUR 100,-

[>> mehr](#)

Seminar-Vorausschau:

19.-20. August, voraussichtlich Neufeld: **Gesundheit in Zeiten des Klimawandels –
Forschung, Folgen, Möglichkeiten**

17.-18. September, Oberwart: **eLearning – (Gesundheits-)Wissen digital vermitteln**

11. - 12. November, voraussichtlich Neufeld: **Sicher durch Krisenzeiten – Wandel und
Unsicherheiten stark begegnen**

alle Seminare [hier](#).

<hr size=1 width="100%" noshade style='color:white' align=center>



[gesundesdorf](#)

Folgen Sie uns? Wenn nein, freuen wir uns über Verbindung auf unserer
Gesundes Dorf Facebook-Seite!