

G'sunde Nachrichten

Letzte Hilfe – Leben bis zuletzt

Samstag, 21.02.2026 von 12:30 – 16:30

im Generationen-Treff - freie Spende

Anmeldung bis 12.2.2026 auf dem Gemeindeamt (02684/2203)

Das Lebensende und das Sterben machen uns als Mitmenschen oft hilflos.

Das Wissen um Letzte Hilfe und Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen muss wieder Allgemeinwissen werden. DGKP Birgit Weber und DGKP Christina Kleinert werden uns auf einfühlsame und verständliche Art in

4 Einheiten zu je 45 Minuten das „kleine 1x1 der Sterbebegleitung“ vermittelt.

Der Kurs richtet sich an alle Menschen, die sich über die Themen Sterben als Teil des Lebens, Vorsorgen und entscheiden, Leiden lindern und Abschied nehmen informieren wollen.

Weitere Fixtermine 2026

- **Frauengesundheit, 7.3.2026 von 15:00 – 17.30 Uhr**
- **Menopause ganzheitlich, 20.3.2026 von 17:00 – 19:00 Uhr**
- **Einführung in den Workoutpark**

... und vieles mehr ist geplant - mehr dazu in den nächsten G'sunden Nachrichten!

Bringen auch Sie Ihre Ideen, Wünsche und Vorschläge ein. Wir freuen uns, wenn Sie dabei sind!
Für Rückfragen wenden Sie sich bitte an gesundesdorf7081@gmx.at oder sprechen Sie jemanden aus dem Arbeitskreis persönlich an.
Informationen über das 'Gesunde Dorf' finden Sie auch auf der Homepage:
<https://www.schuetzen-am-gebirge.at/gesund-des-dorf/>



Wunschthemen für die Zukunft – lassen Sie uns wissen, was Sie interessiert!

Bitte teilen Sie uns Ihr Interesse an den genannten Themen (Mehrfachnennungen möglich) bis **spätestens 15.2.2026** mit. Einfach auf dem Abschnitt unten ankreuzen und in das Postfach des Gemeindeamtes werfen, oder den QR-Code scannen und die Umfrage online ausfüllen:



Weitere Kursangebote, die wir bei genügend Interesse gerne in Zukunft in Schützen organisieren werden:

- Nikotinfrei in 6 Wochen – 6 Einheiten à 1,5 Std. – Kurs + professionelle Begleitung durch eine klinische Psychologin
- Psychosomatik (Dr. Eva Sauberer)
Die Wechselwirkung zwischen Psyche und Körper verstehen – Der Körper als Spiegel der Seele
- Resilienz – psychische und körperliche Widerstandskraft (Dipl. LSB Adelheid und Peter Stari)
Belastungen, Dauerstress und Unzufriedenheit führen zu Krankheiten. Ich lerne meine Stärken und Schwächen zu erkennen und positiv einzusetzen.
- Was / Wofür will ich leben (Dipl. LSB Adelheid und Peter Stari)
In unserer schnelllebigen Gesellschaft möchten wir über alles informiert sein - das bringt inneren Stress. Will ich das leben? Was möchte ich eventuell ändern?
- Ihr persönliches Wunschthema: _____

**Das 'Gesunde Dorf' freut sich gemeinsam mit Ihnen
auf ein ereignisreiches Jahr 2026!**