



LINE DANCE FÜR DAMEN „50+“

Line Dance ist eine choreografierte Tanzform, bei der einzelne Tänzerinnen in Reihen und Linien vor- und nebeneinander tanzen. Die Tänze sind passend zur Musik choreografiert, die meist aus den Kategorien Country und Pop stammt.

Wenn Sie sich gern bei schöner Musik bewegen, sind Sie herzlich willkommen.

Die Gesunde Gemeinde Asten bietet diesen Kurs gemeinsam mit dem Pensionistenverband für bewegungsfreudige Damen, die gerne tanzen möchten, an.

- Termin 1:** Montag, 16. Oktober 2023 bis 22. April 2024
von 19.00 bis 20.00 Uhr (Anfänger)
(ausgenommen Herbstferien, Weihnachtsferien,
Semesterferien, Osterferien und schulfreie Tage)
- Termin 2:** Montag, 16. Oktober 2023 bis 22. April 2024
von 20.00 bis 21.00 Uhr (Fortgeschrittene)
(ausgenommen Herbstferien, Weihnachtsferien,
Semesterferien, Osterferien und schulfreie Tage)
- Kursort:** Volksschule Asten, Turnsaal
- Trainer:** Kahl Mario und Kahl Daniel
- Kosten:** pro Kurs € 60,--, wenn beide Kurse besucht werden € 105,--
Der Betrag ist am ersten Kursabend bar zu bezahlen.
- Mitzubringen:** Turnbekleidung, Handtuch, ev. Getränk
- ACHTUNG:** Es darf nur in Socken oder mit Hallen-Indoor-Schuhen mit heller Sohle getanzt werden.
- Anmeldung:** per E-Mail gesundegemeinde@asten.ooe.gv.at oder telefonisch unter 07224/ 66 381-25



VORTRAG

KOMMUNIKATION BEI DEMENZ

**am Dienstag, 10. Oktober 2023, um 19.00 Uhr,
im Pfarrsaal Asten**

Die krankheitsbedingt erschwerte Kommunikation mit Personen mit Demenz lässt pflegende Angehörige im Alltag oft an ihre Grenzen stoßen und wird meist als sehr belastend erlebt.

Mit diesem Vortrag wollen wir Wege aufzeigen, wie es im Alltag zu einer gelingenden Kommunikation mit Personen mit Demenz kommen kann.

Sie erhalten Tipps, wie Sie die Kommunikation mit der betroffenen Person fördern und unterstützen können und bekommen Möglichkeiten aufgezeigt, wie man mit herausforderndem Verhalten umgehen soll.

Referentin: **Sabine Wögerbauer**,
Leiterin der Demenzservicestelle der Volkshilfe OÖ.

Der Vortrag wird von der Gesunden Gemeinde Asten angeboten und ist kostenlos.

Nützen Sie das Angebot und informieren Sie sich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen.



Weiters bietet die Gesunde Gemeinde gemeinsam mit der Volkshilfe Oberösterreich Folgendes an:

Bei Gedächtnisproblemen Information und Abklärung möglich!

Die Demenzstelle der Volkshilfe bietet einen Sprechtag für Menschen mit Gedächtnisproblemen (alle Altersgruppen) und deren pflegende An- und Zugehörige an.

Es besteht die Möglichkeit zu einer kostenlosen Abklärung und Beratung. Der Befund kann auch für Ansuchen um Pflegegeld verwendet werden.

Dieser Sprechtag findet am Donnerstag, 19. Oktober 2023, ab 9.00 Uhr, im Seniorenclub der Marktgemeinde Asten statt.

demenz
erkennen
ansprechen
handeln

Aus organisatorischen Gründen bitten wir Sie, einen Termin zu vereinbaren, Tel.Nr. 0676/87341463, damit Wartezeiten vermieden werden.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.



LAND
OBERÖSTERREICH



In weiterer Folge bieten wir eine Trainingsgruppe ab 3 interessierten Personen an. So haben Sie Abwechslung, Kommunikation mit Gleichgesinnten und halten Ihr Gedächtnis in Schwung.

Diesbezüglich erfolgt eine eigene Ausschreibung.

Der Arbeitskreisleiter:

Alfred Narovnick eh.

Der Bürgermeister:

Karl Kollingbaum eh.

Ausflug Vissy Brod und Bad Leonfelden

Samstag, 21. Oktober 2023

Programmablauf:

- 🕒 08.00 Uhr Abfahrt in Asten
- 🕒 10.00 Uhr Führung im Kloster Vissy Brod (Zisterzienserkloster Hohenfurth)
- 🕒 11.30 Uhr Mittagessen im Restaurant „Inge“
- 🕒 Ca. 13.00 Uhr Abfahrt ins Outlet-Center
- 🕒 Ca. 14.30 Uhr Abfahrt nach Bad Leonfelden
- 🕒 15.00 Uhr Kastner Lebkuchen Bad Leonfelden – Führung Gruppe 1
- 🕒 16.00 Uhr Kastner Lebkuchen Bad Leonfelden – Führung Gruppe 2
- 🕒 17.30 Uhr Abfahrt nach Asten



Kosten: € 45,-- pro Person werden im Bus eingehoben

Im Preis inbegriffen: Busfahrt, Führung in der Lebzelterfabrik Kastner mit Verkostung und ein Lebkuchenherz zum Verzieren, Führung im Kloster Vissy Brod (Gotische Galerie, Bibliotheksgang, Philosophischer Saal, Bibliothek). Das Mittagessen ist individuell und selber zu bezahlen.

Reisepass oder Personalausweis ist mitzuführen!

Anmeldung: persönlich im Rathaus Asten oder telefonisch unter 07224/66381-25 bei Frau Achleitner

Anmeldefrist: bis 18. Oktober 2023

Wir freuen uns bereits jetzt auf zahlreiche Anmeldungen!

Der Bürgermeister
Karl Kollingbaum eh.



Der Arbeitskreisleiter
Alfred Narovnigg eh.