

# Gesunde Gemeinde Tumeltsham

## Weitere Arbeitskreisleiterin und Pensionsantritt

Die Agenden der Gesunden Gemeinde Tumeltsham werden seit Jänner 2024 von gleich zwei Arbeitskreisleiterinnen ausgeübt. Gemeinsam und ehrenamtlich planen Doris Grünbart und Elisabeth Huber neben ihren beruflichen und familiären Tätigkeiten verschiedene attraktive Aktivitäten für unsere Tumeltshamer Bevölkerung.

Unterstützt werden sie dabei von einem aktiven Team aus freiwilligen HelferInnen, wobei jeder Neuzugang (auch männlich!) natürlich jederzeit herzlich willkommen ist.

Danke, Doris und Lilly, für eure Bereitschaft, in dieser Funktion zu wirken!



Nach 19 Jahren als aktives Gesunde-Gemeinde-Mitglied tritt Mag. Martin Baumgartner nun seinen wohlverdienten Ruhestand an. Danke, lieber Martin, für deine jahrelange tatkräftige Unterstützung!

## Kochkurs Smart gekocht

Frisch, frech & unkompliziert auf den Teller gebracht. Kennen Sie das? Der Hunger ist groß, der Magen knurrt, die Zeit ist knapp und die Kochideen fehlen? Gemeinsam mit einer erfahrenen Seminarbäuerin werden in diesem Kochkurs trendige, berufs- und familientaugliche, flotte Wohlfühlgerichte gezaubert. Das Erfolgsrezept: frische Lebensmittel aus der Region, kreative, alltagstaugliche Rezepte und jede Menge Spaß am Selberkochen.

Ein Kurs voll smarter Genüsse für Anfänger genauso wie für leidenschaftliche Hobbyköche und jene, die gern ernährungsbewusst genießen.

Unser Motto: Küchenlust statt Küchenfrust!



**Montag, 22.04.2024, 19.00 - 22.00 Uhr**  
**Bezirksbauernkammer Ried, Volksfestplatz 1**

Anmeldung: bis 11.04.2024  
 bei Claudia Gruber-Andeßner  
**Tel. 0650 232 02 31**

Kosten: EUR 35,00 (Die Lebensmittelkosten übernimmt die Gesunde Gemeinde Tumeltsham!)

Wir freuen uns über zahlreiche Anmeldungen!

## Termine

- **Kinder- und Jugendolympiade**  
Samstag, 29.06.2024
- **Erlebnis-Sport-Woche**  
Montag, 15. bis Freitag, 19.07.2024  
Für Kinder ab 6 Jahren. Anmeldung und weitere Informationen unter [www.xundinsleben.com](http://www.xundinsleben.com).  
Es sind nur noch wenige Plätze frei.

Die nächsten **Stammtische für Pflegende Angehörige**, in Kooperation mit der Gesunden Gemeinde:

- Donnerstag, 18.04.2024, 19.00 Uhr im GH Huemer Eitzing, Workshop „Kineasthetics“
- Donnerstag, 23.05.2024, 19.00 Uhr im Gemeindegemeinschaftssaal Tumeltsham, Vortrag „Alles rund ums Pflegegeld“

## Kinderfasching

Buntes Treiben fand am Sonntag, 4. Februar 2024 beim Kinderfasching statt. Große und kleine verkleidete Gäste trafen sich beim Kirchenwirt (GH Zwingler), um den Fasching zu feiern. Zauberclown Maxi fesselte die Kinder mit seinen lustigen Zaubertricks und seiner Handpuppe „Egon“. Die Tanzgruppe „Dance Expression“, unter der Leitung von Lena Witzmann, begeisterte mit einer tollen Tanzeinlage. Leider war unser Bürgermeister Erwin verhindert, er ließ jedoch für alle Kinder Überraschungseier vorbeibringen.



Foto: Gesunde Gemeinde



Foto: Gesunde Gemeinde



Foto: Gesunde Gemeinde

Tolle Preise, wie zum Beispiel ein Eintritt ins Ikuna Naturresort, Kinokarten für das Starmovie, Freikarten für den SV-Ried und viele weitere Sachpreise konnten bei einem Schätzspiel gewonnen werden. Dafür möchten wir uns bei den zahlreichen Sponsoren herzlich bedanken!

Wir danken auch allen Mitwirkenden für die tatkräftige Unterstützung und den vielen Gästen – gemeinsam wurde es auch heuer wieder ein kuchenreiches und spektakuläres Kinderfest.



Foto: Gesunde Gemeinde

## Mit allen Sinnen im Wald

### Eltern - Kind - Workshop

Mit allen Sinnen im Wald - das bedeutet: den Wald riechen, den Wald spüren, den Wald hören.

In diesem Eltern-Kind-Workshop werden Spiele aus der eigenen Kindheit neu entdeckt und gemeinsam der Wald (hinter dem Kindergarten) erforscht.

Datum: 13.5.2024,  
14.30 - ca.16.30 Uhr

Ersatztermin: 27.5.2024

Referentin: Melanie Zahrer  
(Physiotherapeutin)

Zielgruppe: Kinder im Alter von  
2 - 6 Jahren

Mitzubringen: wetterfeste  
Kleidung, Jause, Getränk, evtl.  
Sitzunterlage

Kosten: 5 € pro Kind (den Rest  
übernimmt die Gesunde  
Gemeinde Tumeltsham)

Anmeldung bei Simone  
Garsleitner (0650/6862267)