

Information & Anmeldung:

Sozial- und Gesundheitssprengel Kirchbichl, Bad Häring und Langkampfen GmbH,
Ulricusstrasse 1, 6322 Kirchbichl, www.sozialsprengel.at,  
0533288483, kontakt@sozialsprengel.at

Überregional

Frühschoppen: 35 Jahre Sozial- und Gesundheitssprengel Kirchbichl, Bad Häring und Langkampfen

Der Sozial- und Gesundheitssprengel Kirchbichl, Bad Häring und Langkampfen wird 35 Jahre alt und lädt herzlich ein, dieses Jubiläum am 06.07.2025 im Veranstaltungszentrum in Oberlangkampfen zu feiern. Bei einem gemütlichen Frühschoppen mit Musik und herzhaften Speisen lassen wir die Organisation hochleben. Bringt eure Familien und Freunde mit und feiert mit uns gemeinsam diesen besonderen Meilenstein!

Unsere Organisation bietet seit 35 Jahren Pflege, Betreuung und Beratung für hilfsbedürftige Menschen in unserer Region an. Getreu unserem Motto „Gean dahoam, Pflege mit Herz“ sind wir in der mobilen Pflege und Betreuung tätig und unterstützen unsere Klient:innen in ihrem lieb gewonnenen Zuhause.

Wo: My Anger Veranstaltungszentrum, Oberlangkampfen

Termin: Sonntag, 06.07.2025 ab 10:00 Uhr

Vortrag - Zukunftstauglich Leben

Gemeinsam neue Möglichkeiten für den Alltag entdecken. Die Teilnehmenden finden anhand der Beispiele für sich selbst konkrete Ansatzpunkte, nachhaltig(er) und somit zukunftstauglich(er) zu leben.

Wo: VIVEA Kursaal, Kurstraße 1, 6323 Bad Häring

Beitrag: kostenlos

Termin: Mittwoch, 02.04.2025 um 19:30 Uhr

Referentin: Monika Aistleitner, Akad. Sozialmanagerin

Anmeldung: Keine Anmeldung erforderlich

Vortrag in Kooperation mit dem Bildungswerk in Bad Häring

Xund im Alter



Frühjahr 2025

Sozial- & Gesundheitssprengel
Kirchbichl · Bad Häring · Langkampfen

Egal ob im Alter von 50+, 60+ oder auch 80+
- jede|r kann mitmachen!



Xund im Alter

Liebe GemeindebürgerInnen von Kirchbichl, Bad Häring und Langkampfen!

Mit Unterstützung der Gemeinden Kirchbichl, Bad Häring und Langkampfen hat der Sozial- und Gesundheitsprengel in Zusammenarbeit mit den einzelnen Pensionistengruppierungen aus den jeweiligen Gemeinden die Möglichkeit geschaffen das Projekt „Xund im Alter“ durchzuführen.

Ziel des Projektes ist es, Menschen ab der zweiten Lebenshälfte sowie deren familiäres und soziales Umfeld durch verschiedene Aktivitäten (Bewegung, Sport, Vorträge, Ausflüge usw.) dabei zu unterstützen, **gemeindeübergreifend** aktiv zur eigenen Gesundheit beizutragen.

Wir freuen uns über Eure Teilnahme!

Langkampfen

Bewegtes Frühstück

Ein geselliges Seniorenfrühstück mit einer ca. 50 Min. Bewegungseinheit, bestehend aus einer Kombination aus Wandern und kleinen Gymnastikübungen, zum aktiven Start in den Tag.

Wo: Gemeindesaal Langkampfen, Bürgerstraße 8, Langkampfen

Termine: **Dienstag, 01.04., 06.05. und 03.06.2025**
Start jeweils um 08:30 Uhr

Übungsleiterin: Luzia Fischer

Anmeldung: *Luzia Fischer (+43 660 4621814)*

Damen- und Herrengymnastik

Durch die Teilnahme am Gymnastikkurs können wir gemeinsam unsere Beweglichkeit verbessern und körperlichen Einschränkungen vorbeugen. Kommt's einfach vorbei zu einem kostenlosen Probetraining. Bitte bringt ein großes Handtuch und eine Trinkflasche mit.

Wo: Volksschule Unterlangkampfen, Bürgerstraße 1, Langkampfen

Beitrag: Jahresbeitrag € 15,-

Termine: **Jeden MO und MI von 19:00 – 20:00 Uhr = Damen-Gymnastik**
Jeden MO von 20:00 – 21:00 Uhr = Herren-Gymnastik

Übungsleiter: Stock Traudi

Anmeldung: *Anmeldung vor Ort (großes Handtuch nicht vergessen!!)*

Bad Häring

Bewegter Vormittag

Eine gesellige Seniorenwanderung zum aktiven Start in den Tag. Lasst euch von unserem Hansjörg überraschen. Wir schließen die Bewegungseinheit bei einem geselligen Mittagessen ab.

Wo: Gemeindeamt Bad Häring, Obere Dorfstraße 7, Bad Häring

Termine: **Freitag, 09.05., 23.05. und 13.06.2025**
Start jeweils um 10:00 Uhr

Übungsleiter: Hansjörg Hotter, Bergwanderführer

Anmeldung: *Hansjörg Hotter (+43 676 3662792, hotters@aon.at) oder Hanspeter Ager (+43 660 2106605, agerpeter@hotmail.com)*

SeniorInnenturnen

Angelika hat langjährige Erfahrungen als Therapeutin und richtet ihr Programm rücksichtsvoll nach unseren eventuell vorhandenen „Weh-Wehchen“ aus. Bitte bringt ein Handtuch und Trinkflasche mit.

Wo: Volksschule Bad Häring, Kirchstraße 1, Bad Häring

Beitrag: Unkostenbeitrag ist direkt vor Ort zu bezahlen

Termin: **Jeden Mittwoch, 16:30 Uhr – 17:30 Uhr und 17:30 – 18:30 Uhr**

Übungsleiter: Angelika Sellmann

Anmeldung: *Anmeldung vor Ort*

Kirchbichl

Bewegtes Frühstück

Ein geselliges Seniorenfrühstück mit einer ca. 1,5-stündigen Bewegungseinheit, bestehend aus einer Kombination aus Wandern und kleinen Gymnastikübungen, zum aktiven Start in den Tag.

Wo: Stocksportanlage Bruckhäusl, Bodenstraße 8, Kirchbichl

Termine: **Montag, 07.04., 05.05. und 26.05.2025**
Start jeweils um 09:00 Uhr

Übungsleiter: Hannes Lanner, Valerie Huber

Anmeldung: *Hannes Lanner (+43 650 7601681)*

SeniorInnenturnen

Wir starten fit und gesund in den Herbst. Bitte bringt ein Handtuch und Trinkflasche mit.

Wo: Volksschule Bruckhäusl, Lofererstraße 107, Bruckhäusl

Beitrag: Unkostenbeitrag ist direkt vor Ort zu bezahlen

Termin: **jeden Dienstag, 17:00 – 18:00 Uhr**

Übungsleiter: Sylvia Ganser

Anmeldung: *Hannes Lanner (+43 650 7601681)*