NEWSLETTER



NEW

NO. 1

MÄRZ 2024

ST. ULRICH BEI STEYR

<u>12. - 13.04.2024</u> Freitag: 14:00 - 18:00 Uhr

Samstag: 09:00 - 13:00 Uhr Gemeindeamt St. Ulrich bei

Steyr

Kosten: € 75,00 Anmeldung:

Ksenia Eckel.

Tel.: 07252 533 03 13 eckel@st-ulrich.at

ERSTE HILFE AUFFRISCHUNGS-KURS

Der Arbeitskreis der Gesunden Gemeinde St. Ulrich organisiert in Zusammenarbeit mit dem Roten Kreuz einen Erste Hilfe Auffrischungskurs. Dieses Wissen kann Menschenleben retten, deswegen melde dich heute noch an!



PICKNICK DER LEBENSFREUDE

Die kompetente Essenwissenschaftlerin, Gudrun Bertignoll hat auch für die Gesunde Gemeinde St. Ulrich etwas Spezielles vorbereitet: ein PICKNICK DER LEBENSFREUDE.



"Lebensfreude ist etwas Wunderbares. Die Sonne scheint an diesen Tagen einfach etwas heller. Was tun, wenn "eigentlich" alles gut ist und dennoch keine Lebensfreude in Sicht ist? Die Sinnlehre von V. Frankl spürt Möglichkeiten auf, um seine Lebensfreude im Alltag wieder zu entdecken. Weniger "funktionieren" mehr leben!", informiert Gudrun zu dieser Veranstaltung.

09.04.2024, 17:00 - 19:00 Uhr

GH Schoiber, Damberg Kosten: € 25.00 Anmeldung:

Gudrun Bertignoll Tel.: 0650 841 27 82 info@gudrun-bertignoll





VORTRAG SOZIALHILFEVERBAND

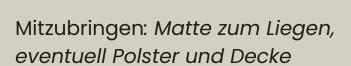
Wir laden alle herzlichst zu einem Vortragsabend des Sozialhilfeverbandes ein! Der Leiter des Geschäftsstelle SHV-Steyr-Land, Herr Johannes Neustifter erklärt die Kompetenzen des Verbandes, stellt deren Angebot vor und beantwortet alle Fragen rundum das Thema Sozialhilfe.

24.April 2024, 18:00 Uhr

Gemeindeamt St. Ulrich bei Steyr Anmeldung: Ksenia Eckel, Tel.: 07252 533 03 13 eckel@st-ulrich.at

ATEMWORKSHOP MIT FETZY

Würdest du gerne über einen Knopf verfügen den du bei Stresssituationen drücken könntest, um entspannt zu bleiben? Das ist jetzt möglich! Daniel Fetzy zeigt dir in seinem Atemfitness Workshop, wie du diesen "Knopf" mit deiner Atmung aktivieren kannst.





25. April 2024, 18:30 - 20:30 Uhr

Vortragender: Daniel Fetz / Fetzyworld

Kosten: € 39,00

Gemeindeamt St. Ulrich bei Steyr

Anmeldung:

Ksenia Eckel, Tel.: 07252 533 03 13

eckel@st-ulrich.at



FIT & BEWEGLICH MIT YOGA SENIORENKURS

TERMINE:

- 19.03.2024
- 26.03.2024
- 02.04.2024
- 09.04.2024
- 16.04.2024
- 23.04.2024
- 30.04.2024

jeweils 08:00 - 09:00 Uhr

Vortragende:
Rita Zwettler
Kosten: € 105,00
für 7 Termine
Pfarrzentrum St. Ulrich
bei Steyr
Anmeldung:
Rita Zwettler

Tel.: 0677 63 68 35 16 rita.zwettler@aventourita.com

Gratis Probeeinheit jederzeit möglich!

YOGA FÜR GESUNDEN RÜCKEN

TERMINE:

- 19.03.2024
- 26.03.2024
- 02.04.2024
- 09.04.2024
- 16.04.2024
- 30.04.2024

jeweils 18:00 - 19:00 Uhr

Vortragende: Rita Zwettler Kosten: € 105,00 für 7 Termine

Pfarrzentrum St. Ulrich bei Steyr

Anmeldung:
Rita Zwettler
Tel.: 0677 63 68 35 16
rita.zwettler@aventourita.com

YOGA TOTAL MEINS



Sabine Wimmer
Kosten:
Einzelstunde €15,00
5 mal fix: € 65,00
5er Block: € 70,00

Pfarrzentrum St. Ulrich

Vortragende:

Anmeldung:
Sabine Wimmer
Tel.: 0676 53 05 276
sabinewimmwer@ymail.com

TERMINE:

- 21.03.2024
- 11.04.2024
- 18.04.2024
- 25.04.2024
- 16.05.2024
- 23.05.2024

jeweils 08:30 - 10:00 Uhr