

# Laufend gesund!

Gesundheits- und  
Kommunikationsplattform  
„GESUNDES TULLN“

**Mai 1992:** Gründung des gemeindenahen **Vereins „Gesundes Tulln“** (Initiative des Stadtarztes Dr. Franz Bichler mit Unterstützung der Stadtgemeinde Tulln), mit dem Ziel, gesundheitsfördernde Maßnahmen für die Tullner Bevölkerung zu setzen.

**Heute:** „Gesundes Tulln“ hat sich zur anerkannten Marke entwickelt und ist die Kommunikations – und Veranstaltungsplattform des Gesundheitsressorts der Stadt Tulln. In dieser Konstruktion können Ideen rasch und unbürokratisch umgesetzt werden .

### **Aufgabenstellung:**

- aktive Durchführung von qualitätsgesicherten Veranstaltungen und Kursen in den Bereichen Bewegung und Ernährung, sowie im psychosozialen Bereich.
- Koordination und Vernetzung des Gesundheitsangebotes durch private und institutionelle Dienstleister.

## Der Vereinsvorstand:



Vzbgm. Mag.  
 Peter Eisenschenk  
 Obmann  
 Gesundheitsstadtrat



Ing. Norbert Pay  
 Kassier  
 Sportstadtrat



Doris Weisel  
 Schriftführerin  
 Administration



Ing. Franz Lasser  
 Obmann-Stv.  
 Stadtamtsdirektor



Christian Holzschuh  
 Kassier-Stv.  
 Betriebsleiter der  
 Tullner Freizeitbetriebe



Elfriede Herbst  
 Schriftführerin-Stv.  
 Leitung KG-Langenlebern  
 Fachbeirätin f. Kindergärten

## Fachbeirat zur Qualitätssicherung:



Dr. Andrea Becker  
Ärztin f. Allgemeinmedizin



Dr. Christine Feyertag  
Kinderärztin



Mag. Natalia Ölsböck  
Psychologin



Dir. Ulrike Fuxsteiner  
Schulleiterin SHS-Tulln



Dir. Wolfgang Ille  
Schulleiter HS 2 Tulln  
2. Rechnungsprüfer



Hermann Kramer  
1. Rechnungsprüfer

## **Durchführung von Großprojekten :**

„Tulln – eine Stadt mit Herz für Frauen“ (in Kooperation mit dem Österreichischen Herzfonds ) – Zielsetzung: Verminderung der Risiken für Herz- & Kreislauferkrankungen für Frauen ab 40.

„Findrisk“ (in Kooperation mit der Donauuniversität Krems)  
Ermittlung des Diabetesrisikos bei ca. 300 TeilnehmerInnen mit nachfolgenden Bewegungs- und Ernährungsworkshops.

Projekte zur Brustkrebs- und Darmkrebsvorsorge etc.,  
Unterstützung und Begleitung von Schul- & Kindergartenprojekten,  
Abhaltung von Gesundheits- und Bewegungstagen uvm.

„VORSORGEaktiv“ und „Durch dick und dünn“ – Langzeitprojekte zur nachhaltigen Änderung des Lebensstils in Kooperation mit dem Verein Gesundes Niederösterreich.



„Ernährungswerkstatt für Kinder“  
Spielerischer Zugang zur gesunden Ernährung  
(über die Sinne hören – sehen – tasten –  
riechen – schmecken)  
z.B. „Vom Korn zur Flocke – wie mache ich  
mein eigenes Müsli“

„GesundheitsLeben im SOMA-Tulln“  
Pilotprojekt für Menschen mit geringem  
Einkommen (Gesunde Genuss-Küche für die  
kleine Börse, Nordic Walking,  
Selbstwertsteigerung, Pilates, Trommeln,  
Stammtisch 40+, uvm.)



- Veranstaltungen
- Unser Angebot
- Aktuelle Projekte
- Netzwerk
- Wissenswert
- Nachlese
- Links
- Terminkalender

+++Informationen über

## Willkommen auf der Gesundheitshomepage der Stadt Tulln!



Vzbgrm. Mag.  
Peter Eisenschenk  
Gesundheitsstadtrat

Wir sehen Gesundheit als ein Prinzip der Lebensgestaltung unserer Bürgerinnen und Bürger das wir mit Hilfe der Plattform "Gesundes Tulln" fördern wollen.

Sie finden hier Angebote zur Stärkung der gesundheitlichen Lebenskompetenz und Anregungen zum selbstbestimmten Umgang mit Erkrankungen und Störungen im Wohlbefinden.

**Nutzen Sie das reichhaltige Angebot in Tulln!**

## Selbsthilfegruppe für ALZHEIMER+DEMENZ



SHG Alzheimer & Demenz - Gruppentreffen für Betroffene und Angehörige  
**Montag, 19. Oktober 2009; 18:00 - ca. 20:00 Uhr**  
Wo: Landesklinikum Tulln, Alter Ziegelweg 10

**Heutiges Programm: ZURÜCK ZU EINEM UNBEKANNTEN ANFANG**  
Leben mit Alzheimerkranken (Teil 1)

Ein Dokumentarfilm der Österreichischen Gesellschaft für Validation, der die Betreuung dementer Angehöriger im Rahmen der Familie an Hand einiger Beispiele zeigt. Wir entscheiden in der Gruppe, wie viele der Beispiele wir uns ansehen. Anschließend sprechen wir darüber und auch anderes.

[Detailinformation zum Download](#)

## Auberg-Wanderung



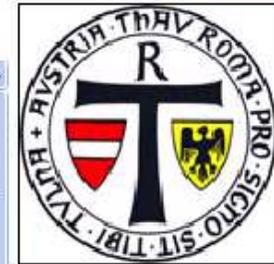
Kneipp Aktiv-Club Tulln in Kooperation mit div. Vereinen  
**Montag, 26. Oktober 2009; 14:00 Uhr**

Treffpunkt: Ecke Hauptstraße - Schossgasse Freundorf - Kneippweg

Geschilderte Wegstrecke mit "Labestation" bei der Bildereiche.  
Gemütlicher Abschluss im Pfadfinderheim in Baumgarten.

Auskunft zur Veranstaltung bei Rosa Bruck (Obfrau Kneipp Aktiv-Club Tulln) unter 02272/65435

[Detailinformation zum Download](#)



- Veranstaltungen
- Unser Angebot
- Aktuelle Projekte
- Netzwerk**
- Wissenswert
- Nachlese
- Links
- Terminkalender

++++Informationen über die Schweinegrippe++++

Netzwerk >> Institutionen

**Freizeit- und Sporteinrichtungen der Stadtgemeinde Tulln**



Durch die Lage an der Donau mit ihren breiten Auen, im weiten Tullnerfeld und in unmittelbarer Nähe zum Berg- und Hügelland und vor allem des Wienerwaldes hat die Stadtgemeinde Tulln die besten natürlichen Voraussetzungen für ein vielseitiges Freizeitangebot. Genießen Sie unser Angebot im Aubad, Hallenbad mit Sauna und der Kunsteisbahn!  
[mehr dazu](#)

**Landeskrankenhaus Donauregion Tulln**



Mit persönlichem Einsatz und der Hilfe von modernsten medizinischen Einrichtungen wollen wir Sie bei Ihrer Genesung unterstützen, Verletzungen und deren Folgen beseitigen und chronische Leiden lindern.  
[mehr dazu](#)

**NÖ Gebietskrankenkasse**



Wir begleiten Sie und bieten Ihnen Aktionen rund um das Thema Gesundheit. Nutzen Sie unser umfangreiches Angebot - und sorgen Sie so rechtzeitig für den Erhalt Ihrer Gesundheit vor.  
 Service-Center Tulln: Zeiselweg 2-6, 3430 Tulln  
[mehr dazu](#)

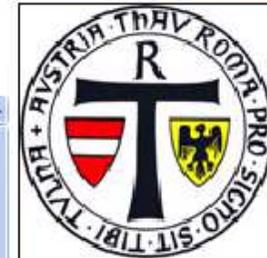
**NÖ Landespflegeheim Tulln - Rosenheim**



Ganz auf die individuellen Wünsche der alten Menschen, angepasst bieten wir in unserem Hause verschiedene Formen der Pflege an. Unsere BewohnerInnen sollen als ganzheitlich respektierte Menschen einen angenehmen aber auch abwechslungsreichen Lebensabend im Rosenheim verbringen können.  
[mehr dazu](#)

**Aktuelles und Wissenswertes aus dem Pflegealltag**

[Journal 2/2009 zum Download](#)



## Vernetzung der Initiativen zur Effizienzsteigerung

# 26. Oktober

Gemeinsam gesund bewegen Tag

Einladung zur

## Aubergwanderung

**Treffpunkt: 14 Uhr in Freundorf**  
Ecke Hauptstraße – Schlossgasse Freundorf – Kneippweg

Geschilderte Wegstrecke mit „Labestation“ bei der Bildereiche.  
Gemütlicher Abschluss im Pfadfinderheim in Baumgarten.  
Über zahlreiche Teilnahme freuen sich die Vereinsleitungen!

Kneipp-Aktiv-Club Tulln  
Pfarre St. Severin  
Verein Gesundes Tulln  
Pfadfindergruppe Freundorf-Baumgarten  
Kameradschaftsbund Freundorf-Baumgarten








Gesundes Tulln

Wir laden Sie herzlich ein zum Gesundheitstag

## Gesundheit erLeben

im **soma** soziamarkt

Freitag, 2. Oktober 09 *Tulln*

von 15 - 20 Uhr

Frauentorgasse 9 - 13, 3430 Tulln

Es erwartet Sie ein vielseitiges Angebot:



- Blutzuckermessung
- Blutdruckmessung
- Körperfettmessung
- MFT-Gleichgewichtstest
- Nordic Walking kennen lernen
- Pilates + Entspannung
- Gesunde Genuss Küche für die kleine Börse
- Seelische Gesundheit stärken
- Trauerarbeit - Halt finden in der Gemeinschaft
- Raucherberatung
- Energiefluss durch Rhythmen verschiedenster Kulturen

Wir freuen uns über Ihren Besuch!

Eintritt frei !



*Tulln*





NÖ Gesundheitskassen  
Wir sorgen für Sie!



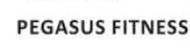
AMS  
Arbeitsmarktservice



hebe+hne  
Das Institut für Produktivität



SeGel  
www.lebersreife-oft.at









Die Ernährung mit *Ed*

## Ausblick 2010:

Ausschreibung  **TULLNER  
GESUNDHEITSPREIS**

Die Grundidee ist, Initiativen mit Vorbildwirkung zu würdigen und die Bevölkerung für Gesundheitsvorsorge zu sensibilisieren und motivieren.

In der Konzeptphase:

„Gesundheitsförderung für Menschen mit Migrationshintergrund“  
Beitrag der Stadtgemeinde Tulln für sinnvolle Migrationsarbeit, Gesprächsbasis, das Miteinander verbessern, indem wir mit ihnen gemeinsam ein Projekt durchführen. Bietet die Möglichkeit für die Stadtgemeinde, BürgerInnen mit Migrationshintergrund besser kennen zu lernen und umgekehrt.

Für Rückfragen:

Verein Gesundes Tulln

Telefon 0664/131 13 90

Mail: [gesundes.tulln@aon.at](mailto:gesundes.tulln@aon.at)