

# „Gemeinsam bewusst gesund“

Mit elf Bewegungskursen und vier Kräuter-, bzw. Kochkursen startet das ASKÖ-Projekt in den Frühling.

Genau rechtzeitig, um fit und gesund in den Frühling zu starten, bietet das ASKÖ-Projekt „Gemeinsam bewusst gesund“ ein neues, abwechslungsreiches Frühjahrsprogramm in Lend/Embach sowie Dienten. Neben elf Bewegungskursen – etwa Yoga, Selbstverteidigung, funktionellem Kräftigungstraining, Judo, Kinderturnen und Gedächtnistraining – werden unter anderem auch vier Koch- bzw. Kräuterworkshops angeboten.

Im November 2016 wurde auch eine Weiterbildung zum Thema Kommunale Gesundheitsförderung durchgeführt.

## Know-how für die Zukunft

„Somit entstand ein Know-how in der Region, das für aktuelle aber auch für zukünftige Aktivitäten eine innovative und qualitativ hochwertige Vorgehensweise garantiert“, freut sich ASKÖ-Projektleiter Eduard Renner. Diese weiterführenden Maßnahmen und Aktivitäten wurden für die Zeit nach Projektende im Oktober 2017 bereits mit den Projektgemeinden besprochen und sollen im Herbst 2017 weitergehen.

Vorerst startet das Frühjahrsprogramm, aktuelle Infos fin-



**Der Zuma Kurs mit Tina Ferdiny macht sichtlich auch den Kids Spaß!**

Foto: Eduard Renner

den sie auf den Internetseiten **[www.askoe-salzburg.at](http://www.askoe-salzburg.at)**, **[www.dienten.gv.at](http://www.dienten.gv.at)**, und **[www.lend.at](http://www.lend.at)**. Weitere Informationen zum Projekt erhalten sie außerdem bei Eduard Renner, ASKÖ Salzburg, Tel: 0676/6071337, E-Mail: [renner@clubaktivgesund.at](mailto:renner@clubaktivgesund.at). Das ASKÖ-

Gesundheitsförderungsprojekt „Gemeinsam bewusst gesund“ wird 2017 aus Mitteln des Fonds Gesundes Österreich, des Bundes-Sportförderungsfonds und der Salzburger Gebietskrankenkasse gefördert. Aktuell geht es bereits in sein drittes Projektjahr.

WERBUNG

Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich

Geschäftsbereich