



*Gesundheit ist weniger  
ein Zustand als eine Haltung,  
und sie gedeiht mit der Freude  
am Leben.*

*Thomas von Aquin*

09

**MENSCH**  
**BILDUNG UND GESUNDHEIT**  
**IN NEUMARKT**

**2. – 20. MÄRZ 2009**

Gesundheit für Seele, Geist und Körper ist ein Thema, das heutzutage viele beschäftigt. Die Ansätze dazu sind vielfältig: Schulmedizin, religiöse Ansätze, der Blick zurück auf Erfahrungen geben Möglichkeiten, sich mit der eigenen Gesundheit auseinanderzusetzen und das persönliche Leben zu gestalten.

Verschiedene Vereine aus Neumarkt organisieren in Zusammenarbeit mit der Fachschule für Hauswirtschaft Griesfeld Neumarkt vom Montag, 2., bis Freitag, 20. März 2009, die Bildungswochen zum Thema:

# MENSCH

## BILDUNG UND GESUNDHEIT IN NEUMARKT

In dieser Zeit findet an verschiedenen Bildungsstätten in Neumarkt ein buntes Angebot an Kursen, Vorträgen, Unterrichtseinheiten und kreativen Arbeiten statt.

### **Organisatorische Hinweise:**

Die Teilnahme an Vorträgen ist kostenlos und ohne Voranmeldung.  
Die Anmeldung zu den Kursen erfolgt bis 27. Februar 2009 im Sekretariat der Fachschule für Hauswirtschaft Griesfeld Neumarkt unter  
Tel. 0471 812600 oder per E-Mail: [fs.griesfeld@schule.suedtirol.it](mailto:fs.griesfeld@schule.suedtirol.it)

## ERÖFFNUNG DER BILDUNGSWOCHEN

---

Eröffnungsfeier der Bildungswochen „Mensch - Bildung und Gesundheit in Neumarkt“ mit kurzer Vorstellung der einzelnen Vorträge, Kurse und Veranstaltungen und anschließendem gesundem Umtrunk

**Montag, 2. März 2009, um 18 Uhr im Haus Unterland**

## SONNTAG MUSS SONNTAG BLEIBEN

---

Der Sonntag ist nach biblischer Tradition ein freier Tag. Der Sonntag ist zum Feiern da: Gemeinschaft leben, Kultur pflegen und sich nicht von der Arbeit und Geschäftigkeit in Besitz nehmen lassen.

Veranstalter	KVV Neumarkt
Ort	Kleiner Saal im Haus Unterland Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Montag, 2. März 2009, von 19.30 bis 21 Uhr</b>
Referent	Josef Stricker, seit 2001 geistlicher Assistent im KVV
Art	Vortrag

## TANZ DER VIER HIMMELSRICHTUNGEN

---

Der Tanz der vier Himmelsrichtungen ist eine uralte rhythmische Bewegungs- und Atemübung. Er wirkt ausgleichend, stärkt und kräftigt den ganzen Körper, bringt geistige Klarheit und innere Ruhe. Für Frauen und Männer ab 15 Jahren.

Veranstalter	Katholischer Familienverband Neumarkt
Ort	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Dienstag, 3., 10. und 17. März 2009, um 19.30 Uhr</b>
Referentin	Brigitte Stedile
Gebühr	15,00 € (3 Einheiten)
Anmeldung	bis 27.02.2009 unter Tel. 0471 812600 (max. 10 Teilnehmer)
Mitzubringen	Lockere Kleidung, Socken, Unterlage, Decke, Kissen

## KOCHTREFF FÜR KIDS: SUPPENKASPER

---

Wie die Geschichte vom Suppenkasper ausgeht ist bekannt. Doch gibt es viele Suppen, die auch Kindern lecker schmecken. Da gibt es viele bunte Möglichkeiten. Die Kinder bereiten die Suppen zu und verkosten sie anschließend.

Veranstalter	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Zielgruppe	Kinder von 10 bis 14 Jahren
Ort	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Mittwoch, 4. März 2009, von 15 bis 18.15 Uhr</b>
Referentinnen	Montel Kathrin, Weis Christine, Fachlehrerinnen
Gebühr	10,00 € + ca. 10,00 € Materialspesen
Anmeldung	bis 27.02.2009 unter Tel. 0471 812600 (max. 8 Teilnehmer)
Mitzubringen	Kopfbedeckung, Schürze, Hausschuhe, Behälter

## OSTEOPOROSE – KNOCHENSCHMERZEN – ABGENUTZTE GELENKE

---

Osteoporose ist eine Krankheit, die sich im Alter manifestiert, ihre Wurzeln aber im Jugend- und Erwachsenenalter hat. Wie kann der alternde Mensch Schmerzen lindern, Abnützungen positiv beeinflussen?

Veranstalter	KVV Seniorenclub
Zielgruppe	Senioren, Interessierte
Ort	Haus der Senioren - Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Mittwoch, 4. März 2009, von 15 bis 16.30 Uhr</b>
Referentin	Dr. Susanne Pichl Mayr, Ärztin für Frauenheilkunde
Art	Vortrag

## ERB- UND FAMILIENRECHT IN DER LANDWIRTSCHAFT

---

Erbrecht bei geschlossenen Höfen – gesetzliche Erbfolge – Verpflichtungen der Übernehmer - Rechte für Übergeber

Veranstalter	Südtiroler Bäuerinnenorganisation Ortsgruppe Neumarkt
Ort	Jugend-Kultur-Zentrum Point Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Donnerstag, 5. März 2009, von 19.30 bis 21 Uhr</b>
Referent	Dr. Benno Karbacher, Südtiroler Bauernbund
Art	Vortrag

## GOTT IM LEID?

---

Sinnfindung und Reifung durch Leid?  
Positive Auswirkungen traumatischer Erfahrungen

Veranstalter	Pfarrgemeinderat Neumarkt
Ort	Bibliothek im Ballhaus Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Samstag, 7. März 2009, von 16 bis 18 Uhr</b>
Referentin	Mag. Dr. Ulrike Öhler, Psychologin und Theologin
Art	Vortrag

## COUSCOUS, HIRSE & AMARANT

Alte und neue Getreidearten bringen Abwechslung in die Küche.

Herkunft, Inhaltsstoffe, Verarbeitung und Verwendung sind ganz unterschiedlich und zeigen eine Vielfalt, die oft unterschätzt wird. Neue Geschmackserfahrungen bietet die anschließende Verkostung.

Veranstalter	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Ort	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Montag, 9., und Dienstag, 17. März 2009, 19 bis 23 Uhr</b>
Referentin	Ursula Trafojer, Fachlehrerin
Gebühr	20,00 € + ca. 15,00 € Materialspesen
Anmeldung	bis 27.02.2009 unter Tel. 0471 812600 (12 Personen)
Mitzubringen	Küchenschürze, Kopfbedeckung, Hausschuhe, Schreibmaterial

## GESUNDES FRÜHSTÜCK

Ein vollwertiges, vitamin- und mineralstoffreiches Frühstück ist das ideale Sprungbrett in den Tag. Die Schülerinnen der 2. Klasse bereiten ein reichhaltiges Frühstücksbuffet vor und sind für den Service verantwortlich.

Veranstalter	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Zielgruppe	Schülerinnen und Team der Fachschule, Verantwortliche und Vertreter/innen der teilnehmenden Vereine an den Gesundheitswochen
Ort	Fachschule für Hauswirtschaft Griesfeld
Datum / Zeit	<b>Mittwoch, 11. März 2009, von 7 bis 8.30 Uhr</b>
Referentinnen	Schülerinnen der 2. Klasse und Fachlehrerinnen
Anmeldung	bis 27. Februar 2009 unter Tel. 0471 812600

## MEIN KIND WILL NICHT ESSEN

„Mein Kind mag kein Gemüse.“ - „Mein Kind trinkt zu wenig.“ - „Braucht mein Kind zusätzlich Vitamine?“ - „Mein Kind verträgt keine Milch –was soll ich tun?“... Viele Fragen die Eltern täglich beschäftigen. Spätestens bei der Planung der Mahlzeiten und beim Einkauf bringen die unterschiedlichen Vorlieben und der Wunsch das Beste für die Gesundheit des Kindes zu tun, so manche Mutter zur Verzweiflung.

Veranstalter	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Zielgruppe	Eltern, Interessierte
Ort	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Mittwoch, 11. März 2009, von 19.30 bis 21 Uhr</b>
Referentin	Mag. Petra Heschgl, Ernährungswissenschaftlerin
Art	Vortrag

## LEBENSWEISHEITEN AUS DER BIBEL

---

Liebe, Arbeit, Geschäft, Gesundheit ...

Fragen aus dem Leben unverblümt und klar im Buch der Bücher.

Veranstalter	Pfarrgemeinderat Neumarkt
Zielgruppe	Jugendliche und Eltern Jugendlicher, Interessierte
Ort	Jugend-Kultur-Zentrum Point Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Donnerstag, 12. März 2009, von 19.30 bis 21.30 Uhr</b>
Referent	Prof. Dr. Ulrich Fistill
Art	Vortrag

## LEBEN HEISST RISKIEREN, RISKIEREN HEISST LEBEN

---

Teilnehmer/innen werden Gefühle, Meinungen, Erfahrungen, zum Thema „Mensch“ kreativ ausdrücken (Poesie, Malerei, Fotografie, Video, Musik,..).

Veranstalter	Jugend-Kultur-Zentrum Point
Zielgruppe	Jugendliche und Interessierte
Ort	Jugend-Kultur-Zentrum Point Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Freitag, 13. März 2009, um 19.30 Uhr</b>
Referent/in	Interessierte Jugendliche

## FRÜHLINGSFEST

---

Information, Unterhaltung, Gesundheit und Geselligkeit...

Erleben Sie die die Fachschule in ihren unterschiedlichen Facetten.

Die Schülerinnen bieten Theater, Kulinarisches für Fitness und Genuss, Unterhaltung für Kinder...

Veranstalter	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Ort	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Samstag, 14. März 2009, von 9 bis 17 Uhr</b>

## TINNITUS – WENN ES BEGINNT IM OHR ZU PFEIFEN

---

Unser Leben wird zunehmend hektischer und lauter. Unser Gehör ist verstärkt Belastungen ausgesetzt und reagiert in manchen Fällen auf körperliche oder seelische Stresssituationen mit einem Ohrgeräusch. Sowohl Ursachen und Zusammenhänge als auch Möglichkeiten der Bewältigung sollen aufgezeigt und erklärt werden.

Veranstalter	Bildungsausschuss Neumarkt und Volkshochschule
Ort	Haus Unterland Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Mittwoch, 18. März 2009, um 19.30 Uhr</b>
Referentin	Dr. Karin Gufler, Psychologin
Art	Vortrag

## „FREE YOUR MIND“

---

Der Free your mind Parcours ermöglicht Schüler/innen eine interaktive Informationsvermittlung zu den legalen Drogen.

Veranstalter	Forum Prävention und Jugend-Kultur-Zentrum Point
Zielgruppe	Schülerinnen der Fachschule für Hauswirtschaft - 3. Klasse
Ort	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Datum	<b>Donnerstag, 19. März 2009, von 8.30 bis 13 Uhr</b>
Referenten	Jugendarbeiter/innen und Mitarbeiter/innen in den Sozialdiensten
Art	Workshop

## LEBENSMITTEL – WAS STEHT DRAUF? WAS IST DRIN?

---

Zweifelsohne leben wir in einem Schlaraffenland – jeden Tag können wir aus einer Unmenge an Produkten auswählen. Die Lebensmittelindustrie reagiert auf die unterschiedlichsten Wünsche der Verbraucher/innen und überschwemmt den Markt kontinuierlich mit neuen Produktkreationen. Ein Blick auf das Etikett bringt dann aber so manche/n Konsumentin/Konsumenten zur Verzweiflung.

Veranstalter	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Ort	Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt
Datum / Zeit	<b>Freitag, 20. März 2009, von 19.30 bis 21 Uhr</b>
Referentin	Mag. Petra Heschgl, Ernährungswissenschaftlerin
Art	Vortrag



**Die Gesundheitswochen werden von folgenden Organisationen gemeinsam veranstaltet:**

**Bildungsausschuss / Volkshochschule Neumarkt  
Fachschule für Hauswirtschaft Neumarkt  
Jugend-Kultur-Zentrum Point Neumarkt  
Katholischer Familienverband Neumarkt  
KVW Ortsgruppe Neumarkt  
Pfarrgemeinderat Neumarkt  
Senioren im KVW Neumarkt  
Südtiroler Bäuerinnenorganisation Neumarkt**

**Mit freundlicher  
Unterstützung:**

