2022

Mitteilungsblatt

Amtsblatt der Gemeinde Dietach

Liebe Dietacherinnen und Dietacher

In den letzten Wochen wurden entlang des Thallingerbaches von der VKB bis zum Forellenweg alle schadhaften und gefährlichen Eschen durch die Abteilung Gewässerbezirk vom Land OÖ gefällt.
Diese Maßnahme war aus Sicht des Gewässerbezirkes notwendig, um das Herunterbrechen von dürren Ästen zu verhindern und die Sicherheit unseres beliebten Wanderweges zu gewährleisten.

Im Kulturausschuss wurde beschlossen, anlässlich unseres Jubiläums 75 Jahre Gemeinde Dietach, 75 Bäume zu pflanzen. Die ersten 35 dieser Bäume wurden noch vor Weihnachten gepflanzt. Die Bäume wurden am Ortsplatz, im Kindergarten, am Parkplatz vor der Sportanlage, vor der neuen Aufbahrungshalle, im Forellenweg und auch in Stadlkirchen gesetzt. Die restlichen Bäume sollen im Frühjahr in unserem Gemeindegebiet gepflanzt werden. Wenn Sie einen guten Vorschlag für einen passenden Standort eines Baumes haben, so können Sie mir gerne Bescheid geben und wir werden prüfen, ob dieser Standort geeignet ist.

Der neue Parkplatz bei der Stockschützenhalle ist mit Sicherheit nicht zufriedenstellend errichtet worden. Da hier nicht die ganze Fläche versiegelt werden sollte, wurde überlegt wie wir diesen Parkplatz gestalten können. Plastikwaben wie vor dem KuBeZ sind ungeeignet, da man sie beim Schneeräumen herauszieht. Betonwaben mit 10 cm

Höhe brechen wenn sie von einem LKW befahren werden und Betonwaben mit 30 cm Höhe hätten ungefähr 100.000 Euro gekostet. Als Alternative wurde uns ein sogenannter Schotterrasen angeboten, der, wenn er bewachsen ist, nur gemäht werden muss. Leider ist der Parkplatz mittlerweile eine Katastrophe und man versinkt im Schlamm, wenn man vom Auto aussteigt (Foto oben).
Als Lösung für dieses Problem werden wir den Schotterrasen entfernen und durch reinen Schotter ersetzen. Auch am Schotterplatz wird es mit der Zeit grün werden und man kann in Zukunft das Auto verlassen ohne zu versinken

Am 6. Jänner 2022 konnten wir nach dem Gottesdienst mit den Sternsingern unsere Aufbahrungshalle feierlich einsegnen. Ich danke unseren Pfarrer Konsistorialrat Josef Gföllner und unserer Pastoralassistentin Anita Aigner für die Segnung unserer Aufbahrungshalle (Foto Seite 2). Ich darf mich aber auch bei allen Professionisten für die gute Arbeit bedanken. Alle, die bei der Segnung dabei waren und die Aufbahrungshalle besichtigten, bestätigten, dass die Halle sehr gut gelungen ist. Auch das Kunstwerk, das von der Künstlerin Dr. Isabella Scharf-Minichmair entworfen und in der Stiftsglaserei Schlierbach hergestellt wurde, fügt sich sehr gut ein. Einen herzlichen Dank der Bestattung Bruckner, die uns bei den Einrichtungsgegenständen sehr gut beraten hat. Ab sofort werden bei den Begräbnissen die Verstorbenen in der

Fortsetzung auf Seite 2

neuen Aufbahrungshalle aufgebahrt. Der Leichenzug wird in Zukunft über den Kirchenweg geführt. Im Bereich des Friedhofs werden wir im Frühjahr den Zugang noch erneuern und die Wege befestigen. Somit konnte wiederum eine Baustelle in unserem Ortszentrum abgeschlossen werden und unser Ortszentrum rund um den Pfarrteich verschönert werden.

Ihr Bürgermeister
Johannes Kampenhuber

Heizkostenzuschuss Aktion 2021/2022

Für die Beheizung einer Wohnung, gleichgültig mit welchem Energieträger, wird an sozial bedürftige Personen ein Heizkostenzuschuss gewährt. Der Zuschuss beträgt **Euro 175,00** bei Unterschreitung der festgesetzten Einkommensgrenze.

Soziale Bedürftigkeit liegt vor, wenn das durchschnittliche monatliche Nettoeinkommen aller tatsächlich im Haushalt/der Wohnung lebenden Personen die Summe folgender Nettoeinkommensgrenzen nicht übersteigt:

- **Alleinstehende 950,00 Euro**
- **Ehepaare/Lebensgemeinschaften 1.500,00 Euro**
- **für jedes minderjährige Kind mit Familienbeihilfe 380,00 Euro**
- **für die erste weitere erwachsene Person im Haushalt 520,00 Euro**
- **für jede weitere erwachsene Person im Haushalt 350,00 Euro**
- **Freibetrag Lehrlingsentschädigung 232,49 Euro**

Es muss sich bei der Wohnung, für die der Heizkostenzuschuss beantragt wird, um den Hauptwohnsitz handeln, die Wohnung muss sich in Oberösterreich befinden und ständig bewohnt sein.

Bei der Antrag stellenden Person muss ein eigener Haushalt vorliegen. Der Heizkostenzuschuss kann nur jenen Personen gewährt werden, die auch tatsächlich für Heizkosten aufzukommen haben.

Der Antrag kann am Gemeindeamt Dietach während der Amtsstunden bis **von 01.02. bis 09.05.2022** eingebracht werden.

Ein **Einkommensnachweis für das Jahr 2021** aller im Haushalt lebenden Personen ist bei der Antragstellung vorzulegen. Es sind die Unterschriften aller mit dem/der Antragsteller/in gemeinsam im Haushalt gemeldeten Personen mit eigenem Einkommen unbedingt erforderlich.

Weitere Informationen sowie das Antragformular erhalten Sie am Gemeindeamt Dietach und auf der Homepage des Landes OÖ.

Neue Aufbahrungshalle

Keiner wird gefragt,
wann es ihm recht ist Abschied zu nehmen von Menschen.
Irgendwann plötzlich heißt es damit umgehen,
ihn aushalten, annehmen diesen Abschied,
diesen Schmerz des Sterbens.
(nach Margot Bickel)

So sind wir dankbar für diesen Raum der Verwahrung und Aufbahrung der Toten, der auch ein stilles Verabschieden und ein Aushalten der Leere im geschützten Rahmen ermöglicht. So, die Konzeptionierung des Gebäudes, das sich dezent in das Pfarrensembles einfügt.
Denn die Trauer braucht geschützte Räume und Geborgenheit. Die Trauer braucht aber auch Hoffnung und Perspektiven zum Leben hin. Als Pfarrseelsorger*innen ist es uns daher ein besonderes Anliegen in diese Zeit der Trauer, in unserer Trauerbegleitung, von der Hoffnungsperspektive des ewigen Lebens durch Jesus Christus zu erzählen.

Gerne sind wir für Sie da:

Priester Franz Benezeder:
0676/8776 5015
franz.benezeder@dioezese-linz.at

Seelsorgerin Anita Aigner:
0676/8776 5554
anita.aigner@dioezses-linz.at

Seelsorgeteamverantwortlicher Liturgie Johannes Neustifter:
0664/6007271303
johannes.neustifter@dioezese-linz.at

Text: Anita Aigner,
Seelsorgerin der Pfarre Dietach

Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich:
Gemeindeamt Dietach, Kirchenplatz 6, 4407 Dietach,
Tel.: 07252/38001, E-Mail: gemeinde@dietach.ooe.gv.at
Titelbild und alle Bilder ohne Quellen-Nachweis: Pixabay.com
Fotos im Bürgermeisterbericht: Gemeinde Dietach
Redaktionsschluss für die Februar-Ausgabe: 04.02.2022

Bücherei Jahresbericht 2021

Wir blicken wieder auf ein außergewöhnliches Jahr zurück, das gleich mit einem Lockdown begann, der die Vorfreude auf anstehende Projekte und Veranstaltungen sowie die gesamte Jahresplanung änderte.
Die NutzerInnen durften insgesamt über 2 Monate die Räumlichkeiten nicht betreten! Wir reagierten und boten zuerst Hauszustellung und danach ein Click&Collect System an. Der Zugang zum Medienangebot über den Abholservice wurde gerne genutzt, trotzdem waren die BürgerInnen erfreut und erleichtert, als wieder ein weitgehend normaler Ausleihbetrieb möglich wurde, auch wenn die Bücherei nicht als Verweilort genutzt werden konnte.
Unsere Sommeraktion (Entlehnung der Spiele gratis) nahmen 184 Personen in Anspruch. Auch das Ferienscheck Angebot „Forschen, experimentieren und staunen“ war voll ausgebucht. An der Kampagne „Österreich liest“ beteiligten wir uns mit einem Bilderbuchkino und im Herbst boten wir eine Lesung mit der Autorin Laura Baldini an. Das sehr beliebte „Basteln und Vorlesen mit den Volksschülern“ konnte coronabedingt nur mit den 4. Klassen durchgeführt werden, wird aber demnächst fortgesetzt.
Unser Medienbestand umfasst derzeit 9.284 Exemplare und wurde im Berichtsjahr mit 21 Tonies samt Toniebox, Reisemagazinen und englisch sprachigen Büchern für Volksschüler erweitert. Insgesamt wurden 704 zusätzliche Exemplare angekauft und genauso viele auch ausgeschieden. Außerdem bieten wir 28 unterschiedlichste Zeitschriften Abos mit insgesamt 450 Exemplaren an. Unsere LeserInnen beteiligten sich aktiv an der Medienauswahl und haben fast 100 Wunschzettel ausgefüllt, die dann angekauft wurden. Es wurden 14.444 Entlehnungen gezählt, davon entfallen rund 70 % auf Kinder- und Jugendbücher bzw. Spiele und DVDs für Kinder. Der Anteil vom Erwachsenenbereich betrifft demnach 30 %. 63 Personen dürfen wir als Neukunden begrüßen.
Besonders erfreulich ist auch der Zusammenhalt im Team, das mit großem Engagement jede neue Vorschrift umsetzt und auch die Unsicherheiten der Ansteckungsgefahr mitgetragen hat. Vieles, dass das Ehrenamt so schön macht, wie zwischenmenschliche Nähe zum Beispiel, widersprach den nötigen Schutzmaßnahmen. Trotzdem konnte die Freude an der Tätigkeit erhalten bleiben und so konnte auch 2021 vom Team der Osterbrunnen so schön geschmückt werden.
Wir danken unseren NutzerInnen, die mit der Einhaltung der Schutzmaßnahmen ebenso wie mit der vorgeschriebenen 2 G Kontrolle, ein vorbildliches Verhalten zeigten. Und wir hoffen, dass unsere Bücherei bald wieder ein Treffpunkt der Begegnung mit sozialen Kontakten ist, das für unser gesellschaftliches Bedürfnis so wichtig ist.

Text und Foto: Bücherei Dietach

Anmeldung zur Kinderbetreuung

Anmeldung für die Krabbelstube 2022/23

Der schriftliche Anmeldetag für das Krabbelstubenjahr 2022/23 findet am 02.03.2022 von 13:00 – 15:00 Uhr in der Krabbelstube, Kirchenplatz 6 (Gemeindeamt) statt.

Voraussetzungen für die Aufnahme in die Krabbelstube:
- vollendetes 1. Lebensjahr
- Berufstätigkeit je Elternteil von mind. 20 Stunden
- Eltern in Ausbildung
- alleinerziehend

Für weitere Auskünfte stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Zusätzliche Informationen finden Sie unter https://ooe.familienbund.at/de/betreuung/krabbelstuben-kindergaerten/dietach.html

Für die Familienbund OÖ GmbH
Dorothea Spahr-Diera

Anmeldung für die flexible Kinderbetreuung in der Zwergerlstube 2022/23

Der schriftliche Anmeldetag für das Zwergerlstubenjahr 2022/23 findet am 02.03.2022, in der Zeit von 13.00 – 15.00 Uhr, in der Zwergerlstube, Kirchenplatz 6 (Gemeindeamt - 2. Stock) statt.

Voraussetzungen für die Aufnahme in die Zwergerlstube:
- vollendetes 18. Lebensmonat
- flexible Besuchstage von Mo – Do, mindestens an 2 Tagen

Für weitere Auskünfte stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Zusätzliche Informationen finden Sie unter https://ooe.familienbund.at/de/betreuung/zu-unseren-betreuungseinrichtungen-/flexible-kinderbetreuung-dietach.html

Für die Familienbund OÖ GmbH
Tamara Kößler

Wir bitten um telefonische Terminvereinbarung für die gewünschte Einrichtung unter der Telefonnummer: +43 664/88282169 in der Woche vom 14. – 17. Februar zwischen 9:00 und 10:00 Uhr.

OÖ FAMILIENBUND
Betreuung | Bildung | Beratung | Begegnung

Aktion Winterradeln bringt warme Hauptpreise

Während für viele das Rad in den warmen Monaten ein übliches Fortbewegungsmittel ist, ist das Winterradeln eher noch selten, wie der Erfahrungsbericht unten zeigt, jedoch auch nicht unmöglich.

Selbst das Klimaschutzministerium unterstützt das Winterradeln im Rahmen der Aktion von "Österreich radelt". Unter dem Motto "Radfahren hat immer Saison" zählt auch in den kalten Monaten jeder Kilometer. Von 12.11.2021 bis 11.02.2022 haben die aktiven TeilnehmerInnen jede Woche die Chance auf einen wärmenden Hauptpreis: ein Thermenbesuch für 2 Personen.

Wer noch nicht zu „Österreich radelt" angemeldet ist, kann dies unter https://oberoesterreich.radelt.at/ machen.

Zwei Fragen waren es, die meine Einstellung zum Radeln im Winter grundsätzlich geändert haben:

1. Warum denke ich, dass eine Temperatur von 0 °C beim Skifahren eher warm ist, für das Radfahren aber zu kalt?
2. Warum wechsle ich bei meinem Auto zweimal im Jahr die Reifen, bei meinem Rad aber nicht?

Darum habe ich meine ersten „Radfahrversuche" bei Minusgraden mit skiähnlicher Kleidung gestartet, habe aber schnell entdeckt, dass einem beim Radfahren durch die gleichmäßigere Anstrengung (ich habe wenig bergab Strecken – also „kein Liftfahren") deutlich wärmer wird. Hier ist es wichtig, für jede Temperatur die richtige Kleidung zu finden, was sich meist in atmungsaktiver, winddichter Zwiebelkleidung niederschlägt. Zu warm angezogen ist genau so unangenehm wie zu kalt. Ich habe mir daher anfangs die passende Kleidung zu den jeweiligen Temperaturen aufgeschrieben. Auch bin ich bei Wintertemperaturen mit Skihelm und ungetönter Schibrille (im Motorradhandel erhältlich) unterwegs, da der Skihelm rundum doch besser wärmt und auch bei einem Sturz noch besser als der Radhelm schützt.

Auch gesundheitlich ist das Winterradeln für mich positiv: Früher hatte ich im Winter immer Probleme mit Husten. Seit ich regelmäßig winterradle, sind auch diese Probleme weg.

Gerade auf 2 Rädern ist ein guter Grip im Winter noch wichtiger als beim Auto. Deshalb wechsle ich nun auch parallel zum Auto die Reifen auf meinem Rad. Die Winterreifen (müssen leider meist bestellt werden, sind aber richtige Lamellenreifen) haben eine deutlich weichere Gummimischung und auf Schneefahrbahnen hab ich einen Grip, von dem ich mit dem Auto nur träumen kann. Daneben gibt es auch noch Spikereifen, die auf Eis natürlich deutliche Vorteile haben, mit denen ich aber auf nasser Fahrbahn ein schlechteres Gefühl habe.

Generell sehr wichtig ist allerdings die rechtzeitige und gründliche Räumung von Radwegen im Winter, wie es ja auf Straßen ebenfalls üblich ist. Ich bedanke mich daher dafür im Namen aller Winterradler bei den Straßenerhaltern, die diese wichtige Aufgabe wahrnehmen.

Oliver Lang
Umweltausschussobmann

Weihnachtspost mit Herz von den Volksschülern

Die weihnachtliche Bastelstube in unserer Volksschule lief Ende November/ Anfang Dezember 2021 auf Hochtouren: Die fleißigen Hände aller Schülerinnen und Schüler bastelten eifrig und sehr kreativ an Weihnachtskarten - einerseits für Menschen, die in unserer Einrichtung „Betreutes Wohnen" zu Hause sind, sowie für Menschen, die in Einrichtungen der Volkshilfe in ganz Oberösterreich betreut werden. „Wir hoffen sehr, dass sich all diese Menschen über unsere selbst gebastelten Karten, Gedichte, Zeichnungen und Wünsche freuen und sich nicht mehr so alleine fühlen!", so der einstimmige Wunsch der Volksschulkinder.

In der letzten Schulwoche vor Weihnachten wurde die Weihnachtspost für das „Betreute Wohnen in Dietach" nach einem weihnachtlichen „Straßenkonzert" mit Gedichtvortrag mit großer Freude im Namen der ganzen Schule von den Schülerinnen und Schülern der 4b-Klasse übergeben. Besonders beeindruckt waren die Schülerinnen und Schüler dabei von der gerührten Aufmerksamkeit und dem Mitsingen der Bewohner beim Abschlusslied. Die Weihnachtspost für die Volkshilfe wurde in einem großen Paket an die dafür zuständige Person übergeben.

Text und Fotos: VS Dietach

Bauernschaft Dietach

Im Jänner 2021 fanden die Wahlen zur Vollversammlung der Oberösterreichischen Landwirtschaftskammer statt. Das Ergebnis bestimmt auch die Zusammensetzung des Ortsbauernausschusses in der Gemeinde. Seit Herbst haben wir einen neuen Ortsbauernausschuss und eine neue Bauernbundobfrau. Franz Postlbauer hat nach 12 Jahren Tätigkeit das Amt des Ortsbauernobmannes übergeben an Josef Kammerhuber.

Elisabeth Flick-Brandner wurde als erste Bauernbundobfrau im Bezirk Steyr-Land einstimmig von den Bauernbund Mitgliedern gewählt.

Wichtig ist uns der Wert der Lebensmittel. Dietacher Landwirte produzieren, unter den europaweit strengsten Auflagen, gemeinsam mit Partnern vor Ort qualitativ hochwertige Nahrungsmittel und pflegen die vielfältige Kulturlandschaft in unserer Region. Während Nahrungsmittel immer leistbarer werden, verschärfen sich die Vorschriften für uns Landwirte, etwa in den Bereichen Umwelt-, Gewässer- und Tierschutz, stetig. Konkurrieren müssen wir mit Produzenten, die Landwirtschaft ohne Rücksicht auf Boden, Wasser, Klima, Tiere und Menschen betreiben. Dies bringt ökologische, wirtschaftliche und soziale Probleme mit sich. Wir stehen für Qualität statt Masse und Regionalität statt Globalisierung. Was braucht es noch dazu – das Verständnis der Konsumenten!

Text und Fotos: Anita Schützenhofer

Von links nach rechts: Erika Thoma (Ortsbäuerin Stellv.), Klemens Kneidinger (Schriftführer), Julian Pfaffenwimmer (Kassier), Josef Kammerhuber (Ortsbauernobmann), Franz Postlbauer, Peter Schützenhofer und Anita Schützenhofer (Ortsbäuerin)

Von links nach rechts: Bgm Johannes Kampenhuber, BBobfrau Elisabeth Flick-Brandner, Bezirksbauernkammerobfrau Traudi Huemer, Anita Schützenhofer und Josef Kammerhuber

Bäuerinnen Rezept
Apfel-Karotten Suppe

400 g Karotten
1 Zwiebel
6 g Ingwer
2 EL Butter
1 L klare Gemüsesuppe
2 Äpfel
Salz
Pfeffer

Die Karotten in Scheiben schneiden. Zwiebel fein hacken und in Butter anschwitzen. Die grob geschnittenen Karotten dazu sowie den Ingwer fein reiben und ca. 2-3 Minuten mitdünsten. Anschließend mit der klaren Gemüsesuppe aufgießen. Die Suppe 30 Minuten kochen lassen. 2 Äpfel würfelig schneiden (ohne Schale) zur Suppe geben und nach 10 Minuten pürieren. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gutes Gelingen!

Text und Foto: Anita Schützenhofer

Neue Hebammenordination in Dietach

Wir heißen euch in unserer neu eröffneten Hebammenordination herzlich willkommen und freuen uns auf viele werdende und frisch gewordene Familien, die wir ein kleines Stück beraten und begleiten dürfen:
Pfarrzentrum Dietach, Kirchenplatz 10, Hintereingang, 1. Stock.

Hebamme Barbara Netter

- Mutter-Kind-Pass Beratungsgespräch zw. der 18. und 22. SSW
- Akupunktur bei gängigen SSW-Beschwerden und geburtsvorbereitend ab der 36. SSW
- Wahlhebamme für Nachbetreuungen nach ambulanter oder stationärer Geburt
- Stillberatung
- Einzel - Geburtsvorbereitungskurs individuell auf die Bedürfnisse der Paare abgestimmt
- K-Taping z.B. zur Unterstützung der Bauchmuskulatur, bei Symphysenlockerung, Rectusdiastase oder zum Narbenentstören nach Kaiserschnitt
- BowTech Practicioner in Ausbildung sanfte, ganzheitliche Körperarbeit, die den Energiefluss stimuliert und so der Körper zur Selbstregulation und Selbstheilung aktiviert wird. Ist während der gesamten SSW, sowie bei Beschwerden und geburtsvorbereitend sehr gut einsetzbar

Termine nach Vereinbarung
Mobil: 0699/12147395
E-Mail: netter.barbara@live.at
www.hebammen.at

Foto: Barbara Netter

Hebamme
Melanie Johanna Ohler BSc

- Mutter-Kind-Pass Beratungsgespräch zw. der 18. und 22. SSW
- Betreuungen in der Schwangerschaft
- Wahlhebamme für Nachbetreuungen nach ambulanter oder stationärer Geburt
- Stillberatung
- Cranio-Sakrale Körperarbeit mit Kinesiologie: nähere Infos gerne im persönlichen Kontakt
- Akupunktur/TCM & Moxibustion in Ausbildung

Termine nach Vereinbarung
Mobil: 0660/2552056
E-Mail: melanie.ohler@gmx.at
www.hebammen.at

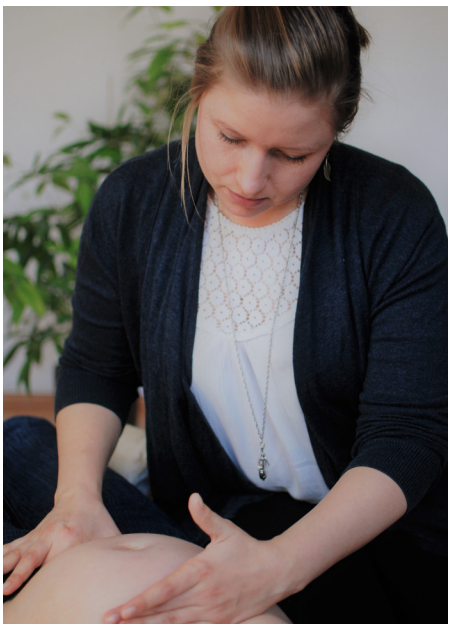

Foto: Melanie Johanna Ohler BSc

AMTSTAG DIETACH

Kostenlose Rechtsberatung

Das Notariat ***Dr. Romy Hingsammer & Partner*** bietet

jeden ***3. Donnerstag im Monat von 16-18 Uhr*** kostenlose Erstberatung

im **Gemeindeamt Dietach, 2. Stock, Sitzungssaal** an.

Öffentliche Notarin Dr. Romy Hingsammer & Partner

Stelzhamerstraße 11, 4400 Steyr

+43 7252 44098

office@notar-hingsammer.at

Es wird um Terminvereinbarung unter o.a. Telefonnummer gebeten.

Kurse mit Milu

Bauch-Bein-Po mit Milu
Unter dem Motto: Den Körper pflegen, durch bewegen!

Wann: jeden Dienstag,
von 19 bis 20 Uhr
(mit Anmeldung)
Eine Mitgliedschaft beim Verein ist nicht Bedingung!

Wo: Volksschule Dietach
großer Mehrzwecksaal

Kosten: 10er Block € 50, Jugendliche bis 16 Jahre in Begleitung eines Elternteils frei.

Miluše Steiner, Tel. 0676 50 50 004
E-Mail ms@teletan.at
Webseite www.yoga-dietach.at

Gesundheits-Methode FitPainFree!
FitPainFree sind einfache Übungen mit denen man lernt, wie der eigene Körper funktioniert, um ihn besser verstehen zu können. Ich bringe euch bei, jeden Muskel bewusst zu nutzen und dadurch schnell Schmerzen zu lindern und die richtigen Bewegungsgewohnheiten zu erlernen. Wenn jeder Muskel richtig gestärkt und gedehnt ist, belastet er andere Muskeln oder Gelenke nicht und es tut auch nichts mehr weh.

Wann: jeden Donnerstag,
von 18 bis 19 Uhr,
optional von 19 bis 20 Uhr
(mit Anmeldung)

Was ist zum Mitnehmen:
eine Turnmatte, keine Turnschuhe

Kosten: € 8 á Stunde

Wo: Volksschule Dietach
großer Mehrzwecksaal

Zertifizierte Lektor FitPainFree
Miluše Steiner
Tel. 0676 50 50 004
E-Mail ms@teletan.at
Webseite www.yoga-dietach.at

Text und Foto: Milu Steiner

Martina Tanzer Yoga - Kursstart

Yoga ist mehr als körperliche Übungen. Yoga ist ein Zusammenspiel von sehr vielen Aspekten:
Die Asanapraxis für einen kräftigen und flexiblen Körper, um so manche Dysbalancen auszugleichen.
Ein bewusster und positiver Umgang mit der eigenen Lebenseinstellung, um mehr dem eigenen Herzen zu folgen.
Meditation als Mehrwert zur körperlichen Praxis, um dem Geist eine Pause zu gönnen, das Nervensystem zu beruhigen und um klarer denken zu können.
Bewusster Atem für mehr Verbindung zu sich selbst, um gestärkter in den Alltag zu gehen.

Yoga bedeutet für mich, Räume zu schaffen für authentische Begegnungen mit sich selbst und anderen.

Mehr als 1.500 Ausbildungsstunden und 10 Jahre Unterrichtserfahrung geben mir einen sehr klaren Blick auf jeden Einzelnen, ein umfangreiches Bild auf Bewegungsabläufe und die positive Wirkung von Yoga auf den Menschen.

Genauere Angaben auf meiner Homepage martinatanzeryoga.at

YOGAKUSE FRÜHJAHR 2022

Yoga Basic
Montags, 28.2.-16.5.2022
8.30-9.45 Uhr
10 Einheiten € 140,-

Yoga Rücken
Dienstags, 1.3.-10.5.2022
17.45-19.00 Uhr
10 Einheiten € 140,-

Yoga Flow
Dienstags, 1.3.-10.5.2022
19.15-20.30 Uhr
10 Einheiten € 140,-

Yoga Basic
Donnerstags, 3.3.-12.5.2022
8.30-9.45 Uhr
10 Einheiten € 140,-

Yoga Rücken
Donnerstags, 3.3.-12.5.2022
18.30-19.45 Uhr
10 Einheiten € 140,-

Text und Fotos: Martina Tanzer

Yogastunde
mit Silke
offene Klasse
mittleres Level
ab 12.1.2022
immer
mittwochs
19:15 - 20:30
Wo: Yogastudio
Martina Tanzer
im Gemeindeamt
Dietach 3.Stock
Anmeldung unter
0664/7512 2266

JugendleiterIn?!
DU BIST VOLLJÄHRIG UND HAST EINEN DRAHT ZU JUGENDLICHEN?
DU MÖCHTEST DIR GERINGFÜGIG ETWAS DAZU VERDIENEN UND BIST OFFEN FÜR NEUES?
DANN SCHREIBE UNS EINE EMAIL AN
gemeinde@dietach.ooe.gv.at
DU ERHÄLTST VON UNS WEITERE INFOS.
Wir möchten ein neues Jugendzentrum in Dietach aufbauen und suchen deine Unterstützung!
Ausschuss für Kultur und Generationen