



Der Bürgermeister
informiert

Gemeinde
St. Marein-Feistritz



St. Marein-Feistritz, 03.05.2022

Fit in die digitale Zukunft?! Nützen Sie BiO – Bildung im Ort

Die 3 angebotenen Workshops im März und April waren sehr gut besucht. Daher gibt es eine Fortsetzung, um fit für die digitale Zukunft zu sein. Über das Projekt BiO – Bildung im Ort laden wir Sie ein, an folgenden kostenlosen Workshops teilzunehmen.



• Workshop: Mobilität digital

Ob am Bahnhof, oder in öffentlichen Verkehrsmitteln, die Digitalisierung hat überall Einzug gehalten. Wie bekomme ich ein Ticket, wenn der Schalter geschlossen ist? Trainerinnen vom Verein novum erklären den Umgang mit Ticketautomaten der ÖBB App „Scotty“.

Wann: Donnerstag, 12. Mai 2022 von 09:00 – 11:00 Uhr Gemeindeamt, Sitzungssaal

Anmeldungen unter Tel.Nr. 03515/4232 bis zum Freitag, 06.05.2022 (begrenzte Teilnehmeranzahl)

• Workshop: Facebook – Fluch und Segen

Soziale Medien wie Facebook interessieren Sie, aber worauf ist bei der Anwendung zu achten? Egal ob Sie bereits ein Konto auf Facebook besitzen oder sich einfach informieren wollen. Trainerinnen von novum helfen Ihnen beim sicheren „Teilen und Liken“ und erläutern Gefahren in sozialen Medien.

Wann: Dienstag, 24. Mai 2022 von 09:00 – 11:00 Uhr Gemeindeamt, Sitzungssaal

Anmeldungen unter Tel.Nr. 03515/4232 bis zum Freitag, 20.05.2022 (begrenzte Teilnehmeranzahl)

• Workshop: Sitztanzen – ein Spaß für Junggebliebene

Ein speziell angepasstes Bewegungskonzept für Seniorinnen und Senioren. Das Tanzen und Bewegen findet im Sitzen statt und schult somit die Beweglichkeit, Merkfähigkeit, Konzentration und Ausdauer. Zuerst wird der Körper aufgewärmt und anschließend wird zu toller rhythmischer Musik getanzt. Doch vor allem steht der gemeinsame Spaß und die Freude am Bewegen und Tanzen zur Musik im Vordergrund!

Wann: Montag, 30. Mai 2022 von 14:00 – 15:30 Uhr Gemeindeamt, Dorfsaal

Anmeldungen unter Tel.Nr. 03515/4232 bis zum Freitag, 27.05.2022 (begrenzte Teilnehmeranzahl)



Finanziert aus Mitteln des Regionalressorts,
sowie der Abteilung Bildung und Gesellschaft
des Landes Steiermark





Einladung zum LIMA – Kurs (Lebensqualität im Alter)



- Lachen** – wirkt wie Medizin und darf in unserem Kurs nicht fehlen
- In uns gehen** – was ist mir wichtig?
- Miteinander** – statt einsam
- Annehmen** – auch die Meinung anderer Menschen akzeptieren
- Knacken** – wir werden so manche Rätselnüsse knacken
- Unterhalten** – die Gruppenarbeit bietet Gelegenheit zur Unterhaltung
- Reden** – beim Reden kumman die Leit zom
- Staunen** – über so manche Ergebnisse und schöne gemeinsame Stunden

Ein LIMA - Kurs beinhaltet

- ☺ **Gedächtnstraining** – Steigerung der Merkfähigkeit
 - ☺ **Bewegungstraining** – Sich wohlfühlen u. beweglich bleiben
 - ☺ **Sinthema und Alltagskompetenz** – mit Veränderungen umgehen können
- und ist für Frauen und Männer ab 60 Jahren bis ins hohe Alter geeignet.

Wann: Dienstag, 17. Mai 2022 um 14:30 Uhr

Wo: Sitzungssaal Gemeindeamt St. Marein-Feistritz

Kursleiterin: Rosa Seiger, Tel. Nr. 0664/515 00 70

Anmeldung bis 12. Mai 2022 bei Rosa Seiger

Sollten Sie keine Fahrgelegenheit haben, besteht die Möglichkeit, den kostenlosen E-Auto-Fahrdienst Tel.Nr.: 0664/99 88 59 18 anzurufen!

Die Kosten für diese Schnuppereinheit übernimmt die Diözese Graz – Seckau.

☺ Über eine rege Teilnahme würden wir uns sehr freuen! ☺

Ihr Bürgermeister:

(Ing. Bruno Aschenbrenner)