



# GEMEINDE STALL

A-9832 Stall 6

Tel. 04823/8100

Fax 04823/8100-7

Mail: [stall@ktn.gde.at](mailto:stall@ktn.gde.at)[www.gemeinde-stall.at](http://www.gemeinde-stall.at)

## Amtliches Mitteilungsblatt 15/2024

### Ordination Dr. Steiner – Information

Unsere Ordination ist am **30.10. und 31.10.2024** geschlossen.

*Danke für Euer Verständnis!*

### Staller Gemeindezeitung 2024

Die nächste Ausgabe der Staller Gemeindezeitung erscheint im Dezember 2024.

Wir freuen uns auf zahlreiche Beiträge, Berichte und Bilder!

Bitte übermittelt diese per Mail an [thomas.zraunig@ktn.gde.at](mailto:thomas.zraunig@ktn.gde.at)

Einsendeschluss ist **Freitag, der 15. November 2024**

Weiters bitten wir Euch um Zusendung von verschiedensten Bildern unserer Gemeinde, die den **Veranstaltungskalender 2025** ausschmücken!

*Vielen Dank im Voraus!*

✂ - ✂ - ✂ - ✂ - ✂ - ✂ - ✂ Abschnitt bitte hier abtrennen ✂ - ✂ - ✂ - ✂ - ✂ - ✂ - ✂

### Fahrzeug-Erhebung 2024

Sollte sich seit der letzten Erhebung der Fahrzeugbestand Ihres Haushaltes (**ACHTUNG: jeder** Haushalt ist separat anzuführen!) geändert haben oder Sie Ihre Meldung nicht abgegeben haben, werden Sie ersucht, dies im u. a. Formular einzutragen und bis **spätestens Montag, 04. November 2024** an die Gemeinde zu übermitteln.

Name und Anschrift: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

Anzahl der polizeilich gemeldeten Fahrzeuge: \_\_\_\_\_

Mit meiner Unterschrift bestätige ich die wahrheitsgetreue Angabe meiner Fahrzeuganzahl!

\_\_\_\_\_  
Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

**NACHTRÄGLICH EINGELANGTE ÄNDERUNGEN WERDEN ERST IM FOLGEJAHR BERÜCKSICHTIGT!**

# **FIT DURCH DEN WINTER-**

Gemeinsam macht Bewegung einfach mehr Spaß!!!

Liebe Turnerinnen!

---

Am **Dienstag, den 5. November 2024** ist es so weit.

Wir treffen uns jeweils dienstags von **19.30 bis 20.30 Uhr**  
**im Turnsaal** der Volksschule Stall.

---

Natürlich sind alle Frauen die Spaß am körperlichen und geistigen Training haben, dazu herzlich eingeladen. Wir trainieren Beweglichkeit, Koordination, Ausdauer, Kondition, Körperwahrnehmung, Rückentraining und Entspannung. Mit dabei sind

**Fitnesstrainerin Kerschbaumer Brigitte,**

**Yogalehrerin Jobst Maria,**

**Physiotherapeutin Michaele Kemmer,**

**Yogalehrerin Tamina Dullnig,**

**Kristalline-Energie-Praktikerin Jeanette Dullnig,**

**Zert. body`n brain-Trainerin Sigrid Mößlacher**

Bringt eure Nachbarin, Freundin oder Verwandten ganz einfach mit.

Wer will kann auch gerne zu einer Schnupperstunde bei uns vorbeischaun. Ich würde mich freuen, wenn ihr euren Körper fit und gesund durch den Winter bringt. Das Turnen endet Anfang April (18 Einheiten)

Bitte um Anmeldung bis 4. November

Auf euer Kommen freut sich

**Lerchbaumer Monika 0676/9045614**

# Bewegt durch den Winter!

Ab November findet jeweils montags wieder ein

## F r a u e n t u r n e n

mit Schwerpunkt **Wirbelsäulen- & Beckenbodengymnastik** statt.

Begleitet werdet ihr bei den Bewegungseinheiten auch von  
Yogalehrerin Maria Jobst, Physiotherapeutin Gabriele Kemmer und  
Body'n brain mit Sigrid Mößlacher (Geistige Fitness bis ins hohe Alter).

BEGINN: **Montag, 11. November 2024** bis  
Ende März 2025

WANN: jeweils **montags** von **15 Uhr bis 16 Uhr**

WO: Turnsaal der **Volksschule in Stall**

**Ich möchte alle bewegungsinteressierten Frauen herzlich einladen  
mitzumachen!**

Bitte um **Anmeldung bis 09. November 2024** bei

Roswitha Pußnig, Tel.: **0676 83555646**

# Iss dich fit!

**mit der richtigen Ernährung Blutwerte verbessern  
und Beschwerden lindern**

**Vortragsreihe von Jeanette Steiner BSc., BSc.  
Diätologin & Dipl. Gesundheits- & Krankenpflegerin**

„Der Weg zur Gesundheit führt durch die Küche, nicht durch die Apotheke“ (Sebastian Kneipp). Eine gesunde, ausgewogene Ernährung hilft uns nicht nur unser Wohlfühlgewicht zu halten oder zu erreichen, sondern auch krankheits- und altersbedingte Beschwerden zu lindern. In einer jeweils einstündigen Vortragsreihe erfahren Sie die wichtigsten Aspekte rund um die richtige Ernährung zu den jeweiligen Themen:

**Mittwoch, 13. November 2024**

**Erhöhte Cholesterin-Werte**

**Mittwoch, 20. November 2024**

**Rheumatische Erkrankungen**

**Mittwoch, 27. November 2024**

**Erhöhte Harnsäure-Werte / Gicht**

**Jeweils um 19:00 Uhr im Sitzungssaal des Gemeindeamtes**

## **Kostenlose Teilnahme!**

Weiters sind für die kommenden Monate Informationsveranstaltungen zum Thema „**Diabetes und Prävention**“ geplant.

Die „Gesunde Gemeinde“ Stall unter Bürgermeister Peter Ebner sowie die Arbeitskreisleitung freuen sich auf Ihren Besuch!

In Zusammenarbeit mit FamiliJa und gefördert aus den Mitteln des Projekts „Gesunde Gemeinde“