

**In Gaishorn geht's ums „Zualosen“**

**1** GAISHORN. Am Freitag, 7. Juni, geht das „Zualosen“ am Gaishorner See (rund um das Seebuffet) über die Bühne. Bei Schlechtwetter findet die Veranstaltung im Mehrzwecksaal statt. Los geht's ab 15.30 Uhr mit einem Kinderprogramm, ab 16.45 Uhr dreht sich alles um Fantasy-Romane, Gesang, Gedichte, Kurzgeschichten oder Poetry Slam. Außerdem stellen sich die „Iron Women“ vor. Mitwirkende: Kathrin Schuster alias Kathy Cobbler (Autorin), Ronja & Karla & Leonie (Autorinnen) sowie Sängerin Viktoria Gindel alias Vikiditoria



Blick auf die Pfarrkirche St. Bartholomäus in Kirchenlandl Foto: KK

**Die Lange Nacht der Kirchen steht bevor**

**2** KIRCHENLANDL. Im Rahmen der „Langen Nacht der Kirchen“ erhalten am Freitag, 7. Juni, Interessierte einen Einblick in die Pfarrkirche St. Bartholomäus in Kirchenlandl. Das Kinderprogramm „Kirchenschauen“ startet um 18 Uhr. Dabei wird der Innenraum und die Einrichtung der Pfarrkirche unter die Lupe genommen – mit spannenden Heiligengeschichten. Um 19 Uhr findet die Abendmesse mit Pater Engelbert Hofer und der Singgemeinschaft Alpenrose Hieflau statt. Um 20 Uhr geht's zum „himmlischen Versicherungspaket: Ein launiger Lebensratgeber mit den 14 Nothelfern“.

Ohren spitzen! In Gaishorn am See geht's ums Zuhören. Foto: Böhm

**Fit durch die**

**Verschiedene Vorträge zum Thema Gesundheit sind in vier Gemeinden den gesamten Sommer über zu erleben.**

Die vier Gemeinden Aigen, Irdning-Donnersbachtal, Stainach-Pürgg und Wörschach wollen sich zur Gesundheitsregion Grimmingland entwickeln. So wurde ein Sommerprogramm für die Gesundheit mit vielfältigen Kursen und

Vorträgen zur Förderung der Gesundheit konzipiert. Dabei wird entsprechend der Leitsätze der Fördergeber Leader Ennstal-Ausseeerland sowie Regional Management Liezen auf regionale Wertschöpfung gesetzt. Als Teil dieses gesundheitsorientierten Angebots referierte der einheimische Sportwissenschaftler und Trainingstherapeut Nebojsa Dukic im Schloss Trautenfels über „Bewegung – Investment in Gesundheit und Mobilität“.

**„Es ist nie zu spät“**

Bewegung in der richtigen Intensität ist entscheidend, um die Gesundheit zu fördern, ohne den Körper zu überlasten. Es gilt, ein Gleichgewicht zu finden, bei dem der Körper gefordert, aber nicht überfordert wird. Durch maßvolle und regelmäßig angepasste Aktivität kann langfristig ein optimales Fitnesslevel und Wohlbefinden erreicht werden. Nebojsa Dukic ist überzeugt: „Es ist nie zu spät, die Bewegung als eine Quelle der Gesundheit für sich zu entdecken.“

**NACHHALTIGKEIT**  
meinbezirk.at/nachhaltigkeit

**Ferienzeit**



Nebojsa Dukic ist Sportlehrer an der BHAK Liezen. Foto: Dukic



Im Sommer finden weitere Vorträge zum Thema Gesundheit statt. Foto: Rojer

**KOMMENDE VORTRÄGE IM SOMMER**

- Montag, 10. Juni, von 19 bis 20: „Psyche: Gelassenheit als Gesundheitsfaktor“ im Gemeindeamt Irdning
- Donnerstag, 11. Juli, von 18.30 bis 21 Uhr: „Brainfood“ im Kunstgarten Aigen (Vortrag und Kulinarik)
- Dienstag, 23. Juli, von 19 bis 20 Uhr: „Ernährung – Treibstoff für ein gesundes Leben“ im Gemeindeamt Aigen

**Ein Cocktail voller Überraschungen**

**4** STAINACH. Der Singkreis Stainach lädt am Sonntag, 9. Juni, um 19 Uhr zu einem „musikalischen Cocktail“ ins Volkshaus Stainach ein. Bekannte Ohrwürmer wie „I am from Austria“ stehen genauso am Programm wie eine schottische Ballade aus dem 17. Jahrhundert, Disneyfilm-Melodien werden ebenso erklingen wie Soundtracks bekannter Filme. Kleinere Chorensembles und Solisten werden sich mit dem Gesamtchor abwechseln. „Scotch and Friends“, eine Folkband, die schottische Musiktraditionen pflegt, ist auch dabei.



Der Singkreis Stainach gibt am Sonntag, 9. Juni, ein Konzert. Foto: Singkreis Stainach



Erstmals wird ein Leistungsbewerb in der Nacht ausgetragen. Foto: FF Schladming

**Feuerwehr feiert mit einem „Nightrace“**

**3** SCHLADMING. Am Samstag, 8. Juni, feiert die Feuerwehr Schladming, die seit 150 Jahren für Sicherheit und Gemeinschaft steht, ihr beeindruckendes Jubiläum mit einem besonderen Ereignis – dem ersten Nacht-Leistungsbewerb. Dieser findet in der Athletic Area Schladming statt. Der Festakt beginnt um 16 Uhr mit einer Fahrzeugsegnung, um 18.30 Uhr startet der eigentliche Wettbewerb. Dabei messen sich die Feuerwehrleute in verschiedenen Disziplinen und zeigen ihre Fähigkeiten und ihren Teamgeist. Der Eintritt ist frei, jedoch wird um freiwillige Spenden gebeten.

**Mit Papa schmeckt's am besten** Wir bitten um Reservierung unter: +05 7083 320

**Vatertagsbrunch im JUFA Hotel Schloss Röthelstein\*\*\***

Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Liebsten und lassen Sie sich bei unserem Vatertagsbrunch mit regionalen Köstlichkeiten verwöhnen! Inklusive 1 x 0,33 l Bier für den Papa.

**Sonntag, 09. Juni 2024 von 11 - 14 Uhr**  
€ 20,50 pro Person | € 13,00 pro Kind (4-15 Jahre)

JUFA Hotel Schloss Röthelstein\*\*\*, Schlossstraße 32, 8911 Admont  
jufahotels.com/roethelstein

bis 18. Juni

**MeinBezirk.at Blasmusik-Challenge**

**JETZT VOTEN!**

Entscheiden Sie mit, wer die beliebteste Blasmusikkapelle Österreichs wird!

Jetzt abstimmen auf [MeinBezirk.at/BlasmusikFinale](https://meinbezirk.at/blasmusikfinale)

Aus Liebe zur Region. MeinBezirk.at

Jetzt informieren!

**Garantiert gesehen werden:**

Werben auf Social Media. Mit uns ganz einfach! Egal ob über die neue Self Service-Plattform oder als Add On zu unseren crossmedialen Paketen – bei uns sind Sie richtig!

[regionalmedien.at/werben-bei-uns-social-media](https://regionalmedien.at/werben-bei-uns-social-media)

Aus Liebe zur Region. MeinBezirk.at

**TAG DER OFFENEN TÜR** NATIONALPARK GESAÜSE

Ein Blick hinter die Kulissen

**Fr. 7. Juni 2024**  
12:00 – 17:00 Uhr

Nationalparkverwaltung Weng 2, 8913 Admont  
Für ein Rahmenprogramm für Kinder sowie Speis und Trank ist gesorgt!

Alle Informationen auch unter [www.nationalpark-gesause.at](https://www.nationalpark-gesause.at)