



Tel. 03136/61400-34 Fax: 03136/62091  
 E-Mail: provit-lieboch@aon.at  
 Internet: [www.lieboch.gv.at](http://www.lieboch.gv.at)

Packerstraße 85 ■ 8501 Lieboch

**Provit aktuell - Provit aktuell - Provit aktuell**

**Gesunde  
Gemeinde**   
*gemeinsam gestalten*

Persönlich erreichen Sie uns jeden  
**Dienstag und Freitag** zwischen **9 – 12 Uhr**.  
 Bei Bedarf rufen Sie uns jederzeit an, Sie werden  
 verlässlich zurückgerufen!

### Menü mobil

**Kranke, alte und gebrechliche Personen** können sich um  
 EUR 7,30 von unseren ehrenamtlichen ZustellerInnen  
 wochentags ein reichhaltiges Menü (auch Schonkost) direkt  
 ins Haus bringen lassen.

**PROVIT Büro** 03136 / 61400 – 34

### Aktivitätentraining für SeniorInnen

Die Aktivitätengruppe unter der Leitung von Tanja Gaßler  
 lud Frau Manuela Vikoler - Künstlerin,  
 Heilkräuterpädagogin und Imkerin aus Fernitz-Mellach -  
 ein, einen Vortrag über unser wertvolles Nahrungsmittel  
 „Honig“ zu halten.  
 Es gab ein großes Interesse und die Zustimmung, eine  
 Blumenwiese für Bienen zu belassen, da Honig ein  
 wertvolles Produkt ist.

**Sollten Sie Interesse am  
 Aktivitätentraining  
 haben, melden Sie  
 sich bei Tanja Gaßler  
 0664 / 311 61 21.**



Der Verein „imleben“ hat vor, für interessierte  
 Bürger und Bürgerinnen ein Angebot der flexiblen  
 stundenweisen Demenzbetreuung zu schaffen.

Dazu benötigt es in erster Linie eine Fortbildung, die  
 vorwiegend aus Praxisunterricht besteht, damit diese  
 Menschen sofort mit einem guten Handwerkszeug  
 losstarten können.

Die Fortbildung ist für jeden geeignet, der entweder in der  
 Pflege/Betreuung aktiv oder ehrenamtlich tätig ist, sowie  
 für alle interessierten Personen, die in der sozialen  
 Betreuung arbeiten möchten.

Die Fortbildung wird berufsbegleitend sowie intensiv (3  
 Wochen) angeboten.

**Berufsbegleitend: voraussichtlicher Start 16. Oktober**  
**Intensiv Wochen: voraussichtlicher Start 9. November**  
**2020**

**Bei Interesse: Manuela Künstner DSB-A**  
 0664 / 488 85 14 oder imleben2018@gmail.com

### **„Rauchfrei in 6 Wochen“**

**mit MMag. Petra Rupprechter-Grofe**

Klinische-, Gesundheits- und Arbeitspsychologin, Diplompädagogin, Trainerin, Autorin

vom **21. Oktober bis 25. November 2020**

**jeden Mittwoch von 18.30 – 20.00 Uhr**  
**im IGF Lieboch, Packer Straße 128/I, links**

**Kosten: € 30,-**

**Information und Anmeldung:**

**+43 5 0766-151919 oder rauchstopp@oegk.at**



### **TANZEN ab der Lebensmitte**

**mit Tanzleiterin Monika Meister**

Sie können gerne alleine kommen. Freude an Bewegung ist erforderlich.

**jeden Dienstag - ab 6. Oktober 2020**

**16.00 bis 17.30 Uhr**

**Haus der Musik, Marktplatz 2, EG**

**Kosten:** einzelne Schnuppereinheit € 6,50  
 5 Tanzeinheiten (à 90 min) € 26,-

**Anmeldung + Auskunft: Fr. TL Monika Meister**

**0664 / 30 50 721 oder bewegungsschule@gmx.at**

Der Verein PROVIT übernimmt keine Haftung für Unfälle!



**Zu Corona Zeiten - Tanzen mit Abstand**

### **Rhythmisches Turnen und Gymnastik**

Vorgesehener Termin ist ab Donnerstag,

**8. Oktober 2020 mit 10 Einheiten im**  
**Haus der Musik, Marktplatz 2.**

Wir bitten um Anmeldung, da es von den  
 Teilnehmern und von den gesetzlichen  
 Vorgaben abhängt, wie und wann das  
 Turnen organisiert werden kann.

Jedenfalls werden wir die Teilnehmer  
 rechtzeitig informieren.



**Anmeldung:**

**03136 / 61400-34 oder provit-lieboch@aon.at**

Für Unfälle wird keine Haftung übernommen!

**Provit aktuell - Provit aktuell - Provit aktuell - Provit aktuell - Provit**

## **Der weibliche Beckenboden- Die Kraft aus meiner Mitte entdecken!**

*Für Frauen jeden Alters, Vorkenntnisse sind nicht nötig!*

mit **Carmen Ulrych-Roszkopf, Hebamme**

In diesem Workshop lernen Sie wichtige Zusammenhänge rund um ihren Beckenboden im Körper kennen und erfahren viele Tipps für beckenbodengerechtes Alltagsverhalten, das wir auch ganz konkret üben.



Ganzheitliche Gesundheitstipps um sich als Frau rundum wohlfühlen runden unseren Workshop ab.

**Termin:** Mittwoch, 23. September 2020 / 10 - 13 Uhr

**Ort:** Fitness u. Gesundheits-Studio Rainer, Lieboch

**Kosten:** € 30,-

**Anmeldung bis 16. September**  
im Studio oder unter [www.hebamme-carmenulrych.at](http://www.hebamme-carmenulrych.at)

## **FAMILIENLEBEN**

**Praxis für Schwangerschaft, Geburt und Eltern sein**

Wir – **Carmen Ulrych-Roszkopf**, Hebamme und **Mag. Sabine Rühl**, Gesundheitspsychologin, zertifizierte Elternbildnerin – laden Sie herzlich in unsere Praxis ein!

### **Angebote für Schwangere und werdende Eltern**

- Yoga in der Schwangerschaft
- Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare
- Kostenlose Hebammensprechstunde laut Mutter-Kind-Pass

### **Angebote für Eltern nach der Geburt und mit Babys im 1. Lebensjahr**

- Hebammen-Hausbesuche und Nachsorge im Wochenbett
- Stillberatung, Babymassage
- Rückbildungsgymnastik und Beckenbodentraining
- Mama-Baby-Fitness



### **Infos und Anmeldung zu allen Kursen unter:**

[www.hebamme-carmenulrych.at](http://www.hebamme-carmenulrych.at) oder 0660 / 76 38 247

### **Psychologische Beratung rund um Entwicklung und Erziehung**

- Eltern-Baby-Cafe
- Erziehungswerkzeugkoffer für das 1. und 2. Lebensjahr
- Workshops rund ums Thema Schlafen von Babys und Kleinkindern
- „Gebor(g)en“ - Bindungsorientierte Eltern-Baby-Gruppe



### **Infos und Anmeldung für alle Workshops unter:**

[ruehl@siebenschlaefer.at](mailto:ruehl@siebenschlaefer.at) oder 0664 / 550 64 18

Alle Kurse/Workshops finden in unserer  
**Praxis FamilieNleben in Lieboch,**  
Packer Straße 125 / 2. Stock / Tür 9 statt.

**Genauere Infos finden Sie unter:**

[www.praxis-familienleben.at](http://www.praxis-familienleben.at)

## **Mitgliederversammlung**

Unsere Mitgliederversammlung findet am Freitag,  
den **13. November 2020** um **19 Uhr**  
im **Gasthaus Baumann / Stiegenwirt** in Dobl statt.  
Alle Mitglieder sind herzlich eingeladen.

### **Information betreffend Datenschutzgrundverordnung**

#### **Sehr geehrte Teilnehmerinnen und Teilnehmer!**

Mit Ihrer Teilnahme an unseren Veranstaltungen stimmen Sie zu, dass Ihre persönlichen Daten und Fotos beim Verein Provit registriert und an die Auftragsverarbeiter weitergegeben werden.

**Allgemeiner Hinweis:** Der Verein PROVIT übernimmt für die angebotenen Aktivitäten keine Haftung bei Unfällen!

### **Anmerkung:**

Der Verein Provit ist bemüht, im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben Kurse und Veranstaltungen anzubieten.

Wir bitten jedoch um verlässliche Voranmeldung zu den Kursen und Veranstaltungen, damit wir eine entsprechende Planung vornehmen können.

Wir weisen darauf hin, dass alle terminlichen Angaben nur als „vorläufige Termine“ anzusehen sind, die eventuellen Änderungen unterliegen.

Ihr Obmann Ing. Alois Masarei  
**VEREIN PROVIT**