



Auf dem Weg zu einer Gesunden Gemeinde



**Programmheft Herbst/Winter
2024/2025**

Inhalt

Vorwort - Bgm. Nikon Baumgartner.....	S. 3
Begrüßung.....	S. 4
Team „Gesunde Gemeinde“	S. 5
Gesundheit beginnt im Kopf.....	S. 6
Trittsicher und mobil.....	S. 8
Dein Bewegungs-Apparat.....	S. 10
Weltdiabetestag.....	S. 12
DEMENT... aber trotzdem MENSCH!.....	S. 14
Kooperation „Gesunde Gemeinde“und Kindergarten.....	S. 16
Rückblick: Gemeinsam fit - beweg dich mit!.....	S. 18
Rückblick: Flursäuberungsaktion.....	S. 20
Rückblick: Wings for Life World Run.....	S. 20
Rückblick: Ortsroas.....	S. 21
Rückblick: Buchkirchen kocht über trifft Mostkost und Pfoitentag.....	S. 22
Willst du Mitglied werden?.....	S. 23
PROGRAMMÜBERSICHT.....	S. 24

Impressum

Verleger & Herausgeber: Gesunde Gemeinde Buchkirchen & Marktgemeinde Buchkirchen | Hauptstraße 11 | 4611 Buchkirchen | 07242/28005 | www.buchkirchen.at

Für den Inhalt verantwortlich: Arbeitskreis Gesunde Gemeinde; Bilder: pixabay.com, freepik.com, essen-und-trinken.de, istockphoto.com, silvia.jansen, wirsinddiabetes.at, Penntoday.edu, Gemeinde Buchkirchen und private Quellen

Druck: Druckerei Haider | Niederndorf 15 | 4274 Schönau i. Mühlkreis Auflage: 2500 | © 2024



Vorwort

Bgm. Nikon Baumgartner



Liebe Buchkirchnerinnen! Liebe Buchkirchner!

Es freut mich sehr, Ihnen unsere neueste Broschüre „Gesunde Gemeinde“ vorstellen zu dürfen. Die Gesundheit ist das Fundament für ein glückliches und erfülltes Leben. In einer Zeit, in der der Alltag oft von Stress und Hektik geprägt ist, wird die Bedeutung von Gesundheit und Wohlbefinden immer deutlicher. Unser Ziel ist es, gemeinsam eine Umgebung zu schaffen, die das körperliche, geistige und soziale Wohlbefinden jedes Einzelnen unterstützt. Weiter wollen wir Ihnen umfassende Informationen und Anregungen bieten, wie wir gemeinsam eine gesunde und lebendige Gemeinschaft fördern.

Die Marktgemeinde Buchkirchen legt großen Wert darauf, ein Umfeld zu schaffen, das die Gesundheit aller Altersgruppen unterstützt. In dieser Broschüre finden Sie zahlreiche Angebote und Initiativen, die Ihnen dabei helfen sollen, einen gesunden Lebensstil zu pflegen. Von Bewegung und Sport über gesunde Ernährung bis hin zu mentaler Gesundheit – es ist für jeden etwas dabei.

Besonders stolz bin ich auf die zahlreichen Projekte und Veranstaltungen, die mit der tatkräftigen Unterstützung

unserer engagierten Arbeitsgruppe „Gesunde Gemeinde“ realisiert wurden. Ihre Begeisterung und ihr Einsatz sind das Herzstück unserer „Gesunden

Gemeinde“. Ein großes Dankeschön schon vorab für dieses ehrenamtliche Engagement.

In den folgenden Seiten werden Ihnen einige dieser inspirierenden Geschichten und Initiativen vorgestellt.

Unsere Broschüre soll Sie ermutigen, aktiv an unserem Gemeindeleben teilzunehmen, um von den vielfältigen Angeboten zu profitieren. Gemeinsam können wir mitwirken, um eine starke, gesunde und glückliche Gemeinschaft aufzubauen.

Ich wünsche Ihnen alles Gute und bleiben Sie gesund!

Ihr Bürgermeister

Nikon Baumgartner



Begrüßung

Jutta Schleicher und Florian Letsch



Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

als neue Arbeitskreisleitung der Initiative „Gesunde Gemeinde“ freuen wir uns, Sie weiter auf unserem gemeinsamen Weg zu einer gesünderen und lebendigeren Gemeinschaft willkommen zu heißen. In einer Zeit, in der die Herausforderungen für unsere Gesundheit vielfältig sind, ist es wichtiger denn je, dass wir mit Institutionen und Menschen zusammenarbeiten, um ein Umfeld zu schaffen, das das Wohlbefinden und die Lebensqualität fördert.

Unser Arbeitskreis hat sich zum Ziel gesetzt, die Gesundheit aller Bürgerinnen und Bürger zu unterstützen und zu stärken. Wir möchten Ihnen nicht nur Informationen

und Ressourcen zur Verfügung stellen, sondern auch Gelegenheiten schaffen, um aktiv zu werden – sei es durch Sportangebote, gesunde Ernährung, Workshops oder soziale Veranstaltungen.

Wir laden Sie herzlich ein, sich aktiv an unseren Projekten und Veranstaltungen zu beteiligen.

Lassen Sie uns gemeinsam an einer gesunden Zukunft arbeiten – für uns selbst, für unsere Familien und für die kommenden Generationen.

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit mit Ihnen und auf all das Positive, das wir gemeinsam erreichen können.

Zum Abschluss ein Dankeschön an die bisherige Arbeitskreisleiterin Karin Engleder und ihr Team für Ihr Engagement und weiteres Mitwirken.

Herzliche Grüße, die Arbeitskreisleitung

Jutta Schleicher Florian Letsch



Team „Gesunde Gemeinde“



Hintere Reihe: v.l.n.r.: Jutta Schleicher, Marlene Deischinger, Manfred Huemer, Claudia Krump, Florian Zocher, Robert Hofpointner

Vordere Reihe: v.l.n.r.: Gerlinde Zehetner, Angelika Feregyhazy, Gudrun Hofpointner, Heidi Meingassner, Andrea Kneidinger

nicht im Bild: Florian Letsch, Karin Engleder



Gesundheit beginnt im Kopf

Deine Gedanken, Emotionen und Vorstellungen von Situationen im Leben begleiten dich rund um die Uhr und dein Körper reagiert 1:1 darauf.

Demnach ist sowohl unser Verstand als auch unser Körper eine mächtige Ressource, wenn es darum geht, unser Leben bewusst und gesund zu gestalten.



- „Wie beeinflussen Gedanken und Gefühle unsere Befindlichkeit“
- „Dein Verstand speichert immer die Lösungen“
- „Wie wir uns immer wieder Leid erzeugen“
- „Dein Körper hört immer zu – egal was du denkst oder sprichst“
- „Glaubenssätze und Denkmuster leicht verändern“
- Was braucht es tatsächlich, um ein glückliches und damit gesundes Leben zu führen“

... ein unterhaltsamer Abend, mit vielen wertvollen Tipps für ein gelungenes Leben!



Buchtipp:

Glücklich Leben

Dein Herz weiß mehr als dein Verstand

Autor: Manfred Rauchensteiner

Verlag: Goldegg



Manfred Rauchensteiner

Emotionstrainer, Autor, Glücksforscher, Speaker

Meine Hauptaufgabe sehe ich darin, Menschen „aufzuwecken“ aus ihrem Tiefschlaf des Alltags. Menschen zu erinnern und zu beschreiben, welche wunderbare, schöpferische Wesen wir sind. Durch das Erklären und Erkennen vieler anerkannter „Programme und Verhaltensmuster“, die uns scheinbar nicht glücklich gemacht haben.

Meiner Berufung folgend veranstalte ich als ausgebildeter Emotionstrainer, Glücksforscher, Autor und Wissensentwickler zahlreiche Vorträge, Workshops, Seminare und Einzeltrainings.

Einen Schwerpunkt meiner Arbeit bildet die Glücksforschung, deren Ergebnisse ich in meinen Vortragsreihen thematisiere. Seit 2013 Autor, betreibe eine eigene Praxis in Linz, bin Mitgründer der Abendakademie-Linz, vortragendes Mitglied des Instituts für Europäische Glücksforschung (IFEG) sowie „MENTOR der Akademie für Potentialentfaltung“ (Gerald Hüther).

www.rauchensteiner.at

VORTRAG

Gesundheit beginnt im Kopf

DATUM: Di, 1. Oktober 2024

UHRZEIT: 19.00 Uhr bis ca. 21.30 Uhr

**ORT: Veranstaltungszentrum
Buchkirchen**

EINTRITT: € 5,00



Manfred Rauchensteiner

Emotionstrainer, Glücksforscher



Trittsicher und mobil

Sturzprävention mit der ÖGK

Stürze bleiben im Alter meistens nicht ohne Folgen. Verletzungen und Angst vor weiteren Stürzen schränken oft die alltäglichen Aktivitäten ein.

Rund die Hälfte der Verletzungen sind Knochenbrüche. Andere Wunden sowie Prellungen und Kopfverletzungen sind ebenfalls häufig.

Die Sturzprävention sorgt mit einem speziellen Trainingsprogramm für knapp 80% weniger Stürze, mehr

Beweglichkeit und Selbstständigkeit und beugt so Problemen im Alltag vor.

In der Kleingruppe wird mit Gleichgesinnten unter spezifisch geschulter Anleitung gearbeitet. Die Kurse werden abgehalten und organisiert vom Institut für sportwissenschaftliche Beratung - Mag. Harald Jansenberger, Kooperationspartner der ÖGK.

Der Kurs ist für alle selbständig lebenden Senioren über 65, die in Oberösterreich bei einer Versicherung (egal welche) versichert sind, kostenlos!

Kursleiterin: Julia Achleitner, MSc.





Kursinhalte

- Austausch und gemeinsame Bewegung in Kleingruppen
- Spezielle Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Reaktion
- Mit einfachen Bewegungsaufgaben wird auf persönliche Stärken und Schwächen eingegangen
- Fortschrittkontrolle durch den Trainer oder die Trainerin
- Übungen für zuhause in Wort und Bild inklusive Kursunterlagen

TRAINING

Trittsicher und mobil

DATUM: **ab Mi, 2. Oktober 24**

UHRZEIT: **8.30 - 9.20 Uhr**

ORT: **Tagesheimstätte**

Buchkirchen, Bäckergasse 1

EINTRITT: **Kostenlos**

KURSDAUER: **12 Einheiten zu je 50 min., wöchentliches Intervall**

ZIELGRUPPE: **Selbständig lebende Personen ab 65 Jahren, in Oberösterreich versichert (jede Versicherung)**

TRAINERIN: **Julia Achleitner, MSc.**

ANMELDUNG:

gemeinde@buchkirchen.ooe.gv.at
oder telefonisch 07242/28005-03



Dein Bewegungs-Apparat

Stütze und Beweglichkeit für´s ganze Leben

Medizinalrat Dr. Manfred Huemer erklärt die Funktion von Wirbelsäule, Gelenken und Muskulatur.

Dr. Huemer geht insbesondere auf Bewegungsstörungen, Schmerzen, Abnützungs-Erscheinungen, Bandscheiben-Probleme und deren Vorbeugung bzw. schonende Therapie für alle Generationen – also von jung bis alt – ein.

Sind immer Medikamente notwendig, oder gibt es auch andere Therapieformen (z.B. Akkupunktur, Physiotherapie, Massagen, etc.)?





Dr. Manfred Huemer

Meine Schwerpunkte sind nichtmedikamentöse Therapiemethoden von Schmerzen an Wirbelsäule, Bandscheiben und Gelenken, aber auch für Kopfschmerzen, Migräne und Beschwerden innerer Organe, desgleichen Allergiebehandlung und Raucherentwöhnung.

Akupunktur, Chirotherapie oder Manuelle Medizin, Osteopathie und Neuraltherapie ermöglichen eine effektive Schmerzbehandlung ohne Nebenwirkungen von Medikamenten.

Schmerztherapie ist eine multimodale Anwendung verschiedener medizinischer Methoden mit dem Ziel einer möglichst gut verträglichen Therapie.

www.dr-manfred-huemer.at

VORTRAG Dein Bewegungs- Apparat

DATUM: **Di, 12. November 24**

UHRZEIT: **19.00 Uhr**

ORT: **Veranstaltungszentrum
Buchkirchen**

EINTRITT: **Freiwillige Spende**



Dr. Manfred Huemer



Weltdiabetestag

Der Countdown läuft

Der Termin ist nicht zufällig festgelegt worden: Am 14. November erblickte **Frederick Banting** das Licht der Welt, der gemeinsam mit seinem Kollegen Charles Best als **Entdecker des Insulins** (1921) gilt.

Mit ihrer Forschungsarbeit setzten die beiden einen Meilenstein in der Geschichte der Medizin und retteten Millionen von Menschen mit Diabetes das Leben. 1923 konnte das Hormon erstmals industriell isoliert werden. Noch im gleichen Jahr bekam Banting den Nobelpreis für Medizin überreicht. 1991 wurde der Weltdiabetestag von der WHO als weltweiter Aktionstag eingeführt.



Am **14. November** findet nun jährlich der **Weltdiabetestag** statt, um auf die globale Verbreitung und die großen Risiken dieser schweren Erkrankung, aufmerksam zu machen. Diabetes wird nicht ohne Grund als Volkskrankheit bezeichnet, es betrifft mittlerweile die gesamte österreichische Gesellschaft

Jeder zehnte Erwachsene ist von Diabetes mellitus Typ 2 betroffen.

Regelmäßige Screenings, frühe Diagnose und eine zielgerichtete Therapie tragen maßgeblich zum Erhalt der Lebensqualität bei. Ab dem 35. Lebensjahr empfiehlt die Österreichische Diabetes Gesellschaft (ÖDG) allen Menschen ihr Diabetes-Risiko anhand des HbA1c-Werts oder eines oralen Glukosetoleranztests bestimmen zu lassen.

Im Gegensatz zum Langzeitblutzucker (HbA1c-Werts), der nur durch den Arzt bestimmt werden kann, können **Nüchternblutzucker** sowie der





postprandiale Blutzuckerspiegel (Blutzuckerspiegel 2 Stunden nach dem Essen) von Patienten selbst bestimmt werden.

Am Weltdiabetestag bieten wir diese **Messung kostenlos** in der Apotheke an.

Kommen Sie am 14. November in die Apotheke Buchkirchen und lassen Sie sich Ihren Blutzuckerwert bestimmen.

KOSTENLOSE Blutzucker-Messung

DATUM: **Do, 14. November 24**

UHRZEIT: **8.00 – 12.30 sowie
13.30 – 16.00 Uhr**

ORT: **Apotheke Buchkirchen**



Apotheke Buchkirchen Mag. Florian Letsch e.U.
Hauptstraße 15 | 4611 Buchkirchen
Tel.: +43 (0) 7242 211991
Fax: +43 (0) 7242 211991 DW 14
info@apotheke-buchkirchen.at
www.apotheke-buchkirchen.at

APOTHEKE
BUCHKIRCHEN

MO - DI	07.30 – 12.30 Uhr		13.30 – 18.00 Uhr
MI	07.30 – 12.30 Uhr		13.30 – 19.00 Uhr
DO - FR	07.30 – 12.30 Uhr		13.30 – 18.00 Uhr
SA	08.00 – 12.00 Uhr		



Wir freuen uns über Ihren Besuch und informieren Sie gerne zum Thema Blutzuckerwert und richtiges Messen!



DEMENT... aber trotzdem MENSCH!

Ein Vortrag für Angehörige, Betroffene
und alle Interessierten

Demenz ist mehr als ein Gedächtnisverlust oder eine Denkstörung. Demenz verändert das Gefühlsleben der Betroffenen tiefgreifend und nachhaltig. Um Menschen mit Demenz würdig begegnen zu können, ist es deshalb ganz besonders wichtig ihr Gefühlsleben zu kennen und anzuerkennen.

Validation ist eine, von Naomi Feil entwickelte Methode, um das Verhalten alter, mangelhaft orientierter und desorientierter Menschen akzeptieren zu lernen, den Umgang mit ihnen konfliktfreier gestalten zu lernen.



Wir können den Menschen, der sich kognitiv verändert, nicht wieder zu dem Menschen machen, der er einmal war. Aber wir können uns ändern!

Dadurch wird sowohl bei der betroffenen Person als auch bei Pflegenden, der Stress reduziert. Wichtig in der Validation ist die empathische Grundeinstellung und Haltung dem Menschen gegenüber, der sich verändert. Diese Kommunikationsmethode kann von jedem erlernt werden.

Hildegard Nachum gibt in diesem Vortrag:

- Hintergrundinformationen zu Demenz
- Zeigt Kommunikationsmöglichkeiten, mit deren Hilfe Stress im Zusammenleben mit Menschen mit Demenz abgebaut werden kann.
- Erklärt Grundlagen und Techniken der Validation
- Und gibt Anregungen für konkrete Alltagssituationen



Buchtipp:

Weisheit in der Demenz

Autor: Hildegard Nachum

Verlag: Kneipp



Hildegard Nachum

Validationsmasterin VTI

Die studierte Politik- und Kommunikationswissenschaftlerin Hildegard Nachum ist Validationsmasterin, zertifizierte Validationslehrerin und seit vielen Jahren Referentin in der Ausbildung von geriatrischen Pflegekräften. Nach 20-jährigem Aufenthalt in Israel, hat sie sich dem Phänomen Demenz verschrieben. Sie beleuchtet das veränderte Verhalten immer wieder aus der Perspektive der Zeitgeschichte und der Lebensgeschichte eines alten Menschen.

Nachum unterrichtet österreichweit, in Deutschland und in Israel, hat 2022 ihr erstes Buch „Die Weisheit der Demenz“ veröffentlicht und ist auch in der Angehörigenberatung tätig.

www.nachum.at

VORTRAG

DEMENT... aber trotzdem MENSCH!

DATUM: **Do, 6. März 2025**

UHRZEIT: **19.00 Uhr**

ORT: **Veranstaltungszentrum
Buchkirchen**

EINTRITT: **€ 5,00**



Hildegard Nachum
Validationsmasterin VTI



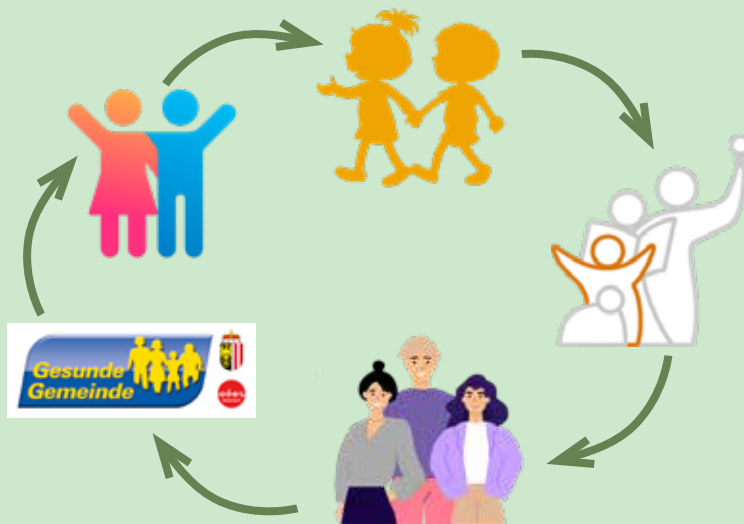
Kooperation

„Gesunde Gemeinde“ und Kindergarten

ZIEL ist es: Bewegung aktiv in den Alltag zu bringen - für eine gesunde Entwicklung!

Einbindung von

- Eltern
- Kindern
- Kindergarten Team
- Therapeut:innen
- Gesunde Gemeinde



1. Schritt:

Vortrag – ICH kann das!

im September beim Elternabend für alle KIGA Gruppen (mit Ausnahme der Krabbelstube)

Inhalt: Das Gehirn – unsere Schaltzentrale

- Unreifes oder nicht altersgemäßes Verhalten und seine Ursachen
- Anregungen für den Alltag, die gesunde Entwicklung fördern, damit Lern- bzw. Entwicklungsprozesse gelingen.

Vortragende: Hildegard Plattner
(Gehirnintegrations-Kinesiologin, Reflexintegration – ROTA, der gesunde Dreh)





KOOPERATION mit Kindergarten ab Herbst 2024

2. Schritt: Projekt „graphomotorische Bewegungsgruppe“ im Kindergarten

Es werden Bewegungsabläufe betreffend
Fein- bzw. Grobmotorik spielerisch trainiert.

Diese Fertigkeiten sind wichtig, denn sie sind die Basis für
wichtige Lernprozesse im Alltag und in Folge in der Schule.
Lernen erfordert ein gutes Fundament an Basisfähigkeiten

Aufmerksamkeit - Balance - K(C)oordination
= sind das erste **ABC**

Damit das gelingt, werden Übungen angeboten, die
die physische und sensorische Entwicklung fördern.

Leitung: Corinna Ahrens-Zehetner
(Ergotherapeutin)

Hildegard Plattner
(Gehirnintegrations-Kinesiologin,
Reflexintegration – ROTA, der gesunde Dreh)



Corinna Ahrens-Zehetner
Ergotherapeutin



Hildegard Plattner
Gehirnintegrations-Kinesiologin



RÜCKBLICK

Gemeinsam fit - beweg dich mit!



Unser **Walking-Treff** war ein toller Erfolg! Trotz nicht immer optimalem Wetter ließen sich unsere Teilnehmer:innen nicht davon abhalten, gemeinsam die Gegend rund um Buchkirchen zu erkunden und in Bewegung zu bleiben. Die Stimmung war immer top und die Gruppe hat sich gegenseitig zu tollen Leistungen angespornt. Die abwechslungsreichen Strecken haben für jede Menge Spaß und manches Mal auch für ein paar Schweißtropfen gesorgt. Insgesamt war der Walkingtreff von März bis Juni 2024 ein echtes Highlight für alle Beteiligten.





Aufgrund des großen Interesses wird der Walking-Treff ab **Dienstag, 10. September 2024** (Treffpunkt um 17:45 Uhr vor der Apotheke Buchkirchen) fortgesetzt.

Wir freuen uns über viele Teilnehmer:innen und weiterhin so gute Stimmung!



RÜCKBLICK

Flursäuberungsaktion und Wings for Life World Run



Flursäuberungsaktion

Die Flursäuberungsaktion der Gemeinde fand diesmal eine ganze Woche statt. Von 8. bis 13. April 2024 wurde in ganz Buchkirchen fleißig der Müll eingesammelt. Auch die „Gesunde Gemeinde“ hat sich daran beteiligt.



Wings for Life World Run

Am 5. Mai fand der Wings for Life World Run auf der ganzen Welt statt. Für die Buchkirchner:innen, die an diesem Sportevent teilnehmen wollten, hat der Arbeitskreis der „Gesunden Gemeinde“ eine Labstation vor dem Gemeindeamt aufgebaut. Dort konnten sich die Teilnehmer:innen einen kleinen Snack und Getränke gratis abholen.



RÜCKBLICK

Ortsroas



Ortsroas... hieß die Aktion der „Gesunden Gemeinde“ unter dem Motto „Mach dich fit - mach mit“, die von 01. - 31. Mai 2024 stattfand. Man konnte die Wanderwege abgehen und sich in ein Gästebuch eintragen bzw. sich eine „Ich war hier“ Karte abholen. Wer wollte konnte noch ein Foto machen und an die Gemeinde senden.
Aus den fleißigen Wanderern wurden dann 5 Gewinner ausgelost, die einen € 50,- Buchkirchner Gutschein erhielten.

AUSZEICHNUNG VOM LAND OÖ

Für die Beteiligung an diesem Projekt „Mach dich fit - mach mit“ wurde die Gesunde Gemeinde ausgezeichnet und erhielt einen Sonderpreis von € 300,-.
Dieser Beitrag wird für die Einrichtung der Bewegungsräume im neu gestalteten Kinderbildungscampus verwendet.



RÜCKBLICK

„Buchkirchen kocht über trifft Mostkost“ und Pfortentag

Buchkirchen kocht über trifft Mostkost

Bei der Veranstaltung „Buchkirchen kocht über trifft Mostkost“ hat die Gesunde Gemeinde unter Anleitung der Lebensmittelproduzenten an einem inspirierenden Kocherlebnis teilgenommen. Es war eine wunderbare Gelegenheit, sich auszutauschen, neue Freundschaften zu schließen und die Freude am Kochen zu teilen. Wir freuen uns auf weitere kulinarische Abenteuer in der Zukunft!



Pfortentag

Jedes Jahr beteiligt sich auch die „Gesunde Gemeinde“ an der Ferienpass-Aktion der Gemeinde. Auch heuer luden wir die Hundetrainerin Maria Meisel ein, mit den Kindern einen „Pfortentag“

abzuhalten.

Die Kinder lernten den richtigen Umgang mit Hunden und auch Wissenswertes über die Anatomie der Hunde.



WILLST DU MITGLIED WERDEN?



**Du hast Ideen, bist engagiert und willst deine wertvollen Erfahrungen einbringen?
Dann melde dich gerne bei uns, um unsere Gemeinde zu einem Ort zu machen, an
dem Gesundheit und Gemeinschaft im Mittelpunkt stehen.**

Kontakt: gemeinde@buchkirchen.ooe.gv.at oder 07242/28005-03

PROGRAMMÜBERSICHT

WALKING-TREFF - wöchentlich dienstags

ab Di. 10. September 2024, 17.45 Uhr
Apotheke Buchkirchen

VORTRAG - Gesundheit beginnt im Kopf

Di, 1. Oktober 2024, 19.00 Uhr
Veranstaltungszentrum Buchkirchen

TRAINING - Trittsicher und mobil

ab Mi, 2. Oktober 2024, 8.30 - 9.20 Uhr
Tagesheimstätte Buchkirchen

VORTRAG - Dein Bewegungs-Apparat

Di, 12. November 2024, 19.00 Uhr
Veranstaltungszentrum Buchkirchen

WELTDIABETESTAG - Kostenlose Blutzucker-Messung

Do, 14. November 2024, 8.00 –12.30; 13.30 –16.00 Uhr
Apotheke Buchkirchen

VORTRAG - DEMENT... aber trotzdem MENSCH!

Do, 6. März 2025, 19.00 Uhr
Veranstaltungszentrum Buchkirchen

