



## Gallizien - eine Gemeinde fastet gemeinsam

Die hektische Welt um uns herum lässt oft wenig Raum für eine bewusste Auszeit und Selbstfürsorge. Deshalb lade ich euch herzlich dazu ein, gemeinsam eine Phase des Fastens und der Reinigung zu erleben. Dabei spreche ich einerseits von dem Ziel, selbst einige Kilos an Gewicht zu verlieren und so auch den Körper zu reinigen und andererseits in Anbetracht auf das kommende Frühjahr auch unsere Umwelt zu säubern und gleich nach den Ostern eine Flurreinigung zu starten.

Zum Thema Auszeit und vielleicht als Belohnung haben wir auch eine kleine Reise ins kulturelle Burgenland organisiert.

In unserer gemeinsamen Verantwortung für Gesundheit und Umwelt, möchte ich euch einladen, zahlreich daran teilzunehmen.



Herzlichst euer Bürgermeister

LAbg. Hannes MAK



## Fasten



Auch heuer lädt die Gesunde Gemeinde wieder zum kollektiven Fasten ein. Die Fastengruppe im Vorjahr war ein guter Weg, sich selbst im Verzicht zu üben.

Heuer wollen wir einen Schritt weitergehen:

**Wir starten eine Challenge: Männer gegen Frauen,  
wobei auch für jeden abgenommenen Kilo  
ein Euro für einen karitativen Zweck gesponsert wird.**

Es funktioniert folgendermaßen:

Am letzten Freitag vor dem Fasching, den **9. Februar 2024**, findet am **Gallizianer Moarkt um 15.00 Uhr** der Start mit einem öffentlichen Wiegen statt:

Keine Sorge, niemand muss sein persönliches Kampfgewicht bekannt geben, sondern es wird in Gruppen gewogen.

**Am Karfreitag, den 29. März 2024, um 15.00 Uhr** wird am Dorfplatz das Gewicht wieder kontrolliert und Bilanz gezogen.

Jede/r Einzelne ist eingeladen, sich dieser Herausforderung anzuschließen und durch den persönlich erzielten Erfolg einen Beitrag (€ 1,- / abgenommenem Kilo) zu leisten.

Gewinner ist entweder die Gruppe „Männer“ oder die Gruppe „Frauen“, jedenfalls eine hilfsbedürftige Familie in Gallizien.



Unterstützen wollen wir Sie dabei mit folgendem Vortrag:

## „Intervallfasten & gesundheitsfördernde Ernährung“



**TERMIN:** Donnerstag, 22. Feber 2024, 18.00 Uhr  
**TREFFPUNKTE:** Gemeindeamt Gallizien, Wildenstein 100/2  
**REFERENT:** Dr. Georg Lexer



Der anerkannte Arzt für Chirurgie und Thoraxchirurgie und Ernährungsexperte ist überzeugt, dass Intervallfasten und gesunde Ernährung die beste Vorbeugung gegen Krebs und sämtliche Zivilisationskrankheiten sind. Aktuelle medizinische Erkenntnisse und seine jahrelange Erfahrung unterstreichen, dass „Essen voll Wert“ nicht unbedingt Verzicht bedeutet, sondern sogar den Genuss fördert.

*Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!*

gesunde  
gemeinde 

 gesundheitsland  
kärnten  
www.gesundheitsland.at

LAND  KÄRNTEN

## Flurreinigungsaktion 2024

**TERMIN:** 06.04.2024, ab 08.00 Uhr  
**TREFFPUNKTE:** Kläranlage (Bauhof) – Moos  
Tischlerei Zenkl – Glantschach  
Rüsthause – Abtei



Wir laden Sie herzlich ein, sich an der Flurreinigungsaktion im Gemeindegebiet Gallizien zu beteiligen und hoffen auf zahlreiche Teilnahme. **Als Dankeschön für Ihre Mithilfe lädt der Bürgermeister ab 12.00 Uhr zu einer kleinen Stärkung am Bauhof ein.**

Der Ausschussobmann  
für Fremdenverkehr, Kultur und Sport:  
**GR Gottfried Kastner e.h.**

Der Ausschussobmann  
für Energie, Klima- und Umweltschutz,  
Gebäudeangelegenheiten und Wirtschaft:  
**GR Harald Ussar e.h.**

## 3. Familien-Stammbaum-Stammtisch

**TERMIN:** 02.04.2024, um 18.00 Uhr  
**TREFFPUNKTE:** im Gemeindeamt Gallizien, Wildenstein 100/2  
**REFERENT:** Richard Kompein, Autor der Webseite: [www.kompein.net](http://www.kompein.net)



## Erreichbarkeit der Pflegekoordinatorin Mag. Michaela Prutej

MO, DI, MI von 08.00 Uhr bis 14.00 Uhr unter 0664 8547 706  
(auch bei Fragen zu den Diensten der Ehrenamtlichen)





# Einladung zur Vortragsreihe

## Umgang mit psychischen Erkrankungen in der Familie



**TERMIN:** Mittwoch, 6. März 2024, 18.30 Uhr  
**TREFFPUNKTE:** Gemeindeamt Gallizien, Wildenstein 100/2  
**REFERENTIN:** Mag. Helene Dohr

Belastungen und Stress führen sehr oft zu Verhaltensänderungen und münden nicht selten in psychischen Erkrankungen. Der Umgang mit psychisch Erkrankten in der Familie ist gekennzeichnet von Informationsmangel und großem Leidensdruck. Der Vortrag informiert über die Behandlungsmöglichkeiten der häufigsten Störungsbilder (Alkoholismus, Depression, Burnout, Angststörungen etc.).

## Rechtliche Angelegenheiten bei Übernahme von Familienpflege



**TERMIN:** Donnerstag, 21. März 2024, 18.00 Uhr  
**TREFFPUNKTE:** Gemeindeamt Gallizien, Wildenstein 100/2  
**REFERENT:** Dr. Thomas Friedrich Uznik

In diesem Vortrag werden grundlegende Informationen in Bezug auf die rechtliche Vertretung durch Angehörige und das Erbrecht erörtert. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, konkrete Problemstellungen mit einer Expertin/einem Experten zu besprechen.

## Begleitung in der letzten Lebenszeit



**TERMIN:** Mittwoch, 10. April 2024, 18.00 Uhr  
**TREFFPUNKTE:** Gemeindeamt Gallizien, Wildenstein 100/2  
**REFERENTIN:** Barbara Pagitz, DGKP, Palliativteam

Dieser Vortrag vermittelt sowohl das Wissen über Unterstützungsmöglichkeiten in dieser emotionalen Ausnahmesituation als auch Wege zur persönlichen Auseinandersetzung mit Abschied und der Endlichkeit des Lebens. Dadurch können Ängste abgebaut und ein würdevolles Sterben im Kreis der Familie ermöglicht werden.

*Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!*

**Wir hoffen, Ihnen ein interessantes Angebot unterbreitet zu haben und freuen uns auf Sie!**

Um die Veranstaltung auch gehörlosen Menschen zugänglich zu machen, können wir eine/n geprüfte/n Gebärdensprachdolmetscher/in zur Verfügung stellen. Bei Bedarf bitten wir um rechtzeitige Voranmeldung unter Tel. 050 536 15067 oder E-Mail an: [elisabeth.aigner@ktn.gv.at](mailto:elisabeth.aigner@ktn.gv.at). Die Vorträge der Reihe „Pflege für zuhause – von Profis lernen“ werden in Zusammenarbeit mit Frau LRin Dr.in Beate Prettnner (Sozial- und Gesundheitsreferentin), Abteilung 5 – Gesundheit und Pflege durchgeführt.

# KULTUR - GENUSS

## Burgenländische Festspiele



### "Aida" im Römersteinbruch St. Margarethen & "My Fair Lady" auf der Seebühne Mörbisch

12. Juli 2024 bis 14. Juli 2024

Mit dieser Reise wollen wir Kulturinteressierten die Möglichkeit geben, zwei besondere Highlights der österreichischen Sommerfestspielszene bei einer dreitägigen Reise gemeinsam zu erleben.

#### Reisepreis pro Person:

Doppelzimmer inkl. Leistungen € 599,00

Einzelzimmer inkl. Leistungen € 634,00

Inkludierte Leistungen:

- Fahrt im modernen Luxusreisebus
- 2 x Halbpension im Hotel „Müllner“ in Marz
- Eintrittskarte Kat. 3 für „Aida“
- Eintrittskarte Kat. 4 für „My Fair Lady“
- Stadtführung in Eisenstadt
- Besuch Haydn-Haus in Eisenstadt
- Führung & Verkostung im Weinmuseum Moschendorf



#### Reiseverlauf:

**1.) Kärnten – Marz; Operaufführung.** Eine angenehme Busfahrt führt uns nach Marz zur Unterkunft. Im Hotel angekommen, bleibt Zeit, um sich für den bevorstehenden Musical -Abend „frisch zu machen“. Nach einem gemeinsamen, früheren Abendessen fahren wir nach St. Margarethen zur Operaufführung von „Aida“.

**2.) Ausflug Eisenstadt & Musicalaufführung.** Nach einem ausgiebigen Frühstück begeben wir uns zu einer Stadtführung nach Eisenstadt zum Thema Joseph Haydn. Der Rundgang führt uns vorbei an Schloss Esterházy, durch die Fußgängerzone mit den barocken Bürgerhäusern, zur Pestsäule, zum Rathaus, zum Franziskanerkloster und zum Haydn-Haus. Nach einem frühen Abendessen im Hotel geht's mit dem Bus nach Mörbisch zur Musicalvorstellung von „My Fair Lady“.

**3.) Marz – Südburgenland – Kärnten.** Für die Heimreise wählen wir die Strecke quer vom Norden in den Süden durch die hügelige und liebevolle Landschaft des Burgenlandes. Vorbei an Mattersburg und Oberpullendorf fahren wir nach Lockenhaus, von wo aus es über den Geschriebenstein nach Rechnitz und auf die Pinkataler Weinstraße in die „Weinidylle Südburgenland“ geht. Hier ist eine Führung und samt Verkostung durchs Weinmuseum Moschendorf geplant. Nach der Führung wird eine Brettljause serviert. Danach gelangen wir über Güssing in die Steiermark, wo wir ab Ilz über die Südautobahn fahren und über die Pack schließlich wieder Kärnten erreichen.

**Es sind nur 20 Plätze zum Frühbucherpreis reserviert, das Musical ist an den Wochenenden fast ausverkauft.**

**Daher bitte um verbindliche Anmeldung bis spätestens 12. Feber 2024 am  
Gemeindeamt Gallizien unter 04221/2220 oder gallizien@ktn.gde.at.  
Weitere Informationen folgen bei der Anmeldung.**

***Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!***