



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*



**Workshop mit**



Sabine Graf-Hahn  
*Ich verhelfe Menschen zu mehr Wohlbefinden*

### Zungendiagnose – wie und was du alles an der/deiner Zunge siehst.

Unsere Zunge ist nicht nur ein Sinnesorgan, das beim Schmecken, Essen und Sprechen hilft, sondern auch ein Spiegel unseres gesamten Körpers. Wie eine Landkarte kann sie gelesen und analysiert werden und (frühzeitig) Hinweise auf Krankheiten und psychische Belastungen geben.

#### Zungendiagnostik: Was ist das?

Die Zungendiagnostik stammt aus der asiatischen Heilkunde der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), deren Wissen seit Jahrtausenden von Jahren weitergegeben wird. Die Analyse der Zunge ist eines der wichtigsten Verfahren der TCM, denn sie steht nicht nur in Verbindung mit dem Gehirn, sondern auch mit unseren inneren Organen. Reflexzonen auf der Zungenoberfläche spiegeln genau diese wider.

Den guten Ärzten (vor allem von „früher“) durftest du immer die Zunge zeigen und er las dann deinen aktuellen ganzheitlichen Zustand ab.

**Termin:** Mittwoch, 13. November 2024 – 19.00 Uhr

**Ort:** Medienraum der Gemeinde Lieboch

**Kosten:** Freiwillige Spende

#### Anmeldung und Infos:

Verein Provit 03136 / 61400-34 oder Sabine Graf-Hahn  
 0664 / 15 93 510 bzw. [meine@wertewelt.at](mailto:meine@wertewelt.at)

## Menümobil



Personen, die aus gesundheitlichen Gründen nicht selbst kochen können, bringen wir wochentags ein reichhaltiges Menü (auch Schonkost) um € 10,00 direkt nach Hause.

Nähere Informationen im PROVIT Büro  
 03136 / 61400-34

## Vortrag mit Dr. Jan Hörmann Chronisch MÜDE

Die Rhythmen unseres Alltags spiegeln sich eigentlich in den Rhythmen der Mutter Erde und unserem inneren Zeitplan wider.

Warum neigen wir Menschen dazu, diesen Rhythmus zu durchbrechen?

Was ist der Preis, den wir dafür zahlen müssen?

**Dr. Jan Hörmann** versucht, ein Bild unseres großartigen Körpers und seine Strategien zu projizieren, damit wir wieder Ruhe finden können, ohne uns dafür ins Burnout zu befördern.

**Termin:** Mittwoch, 16. Oktober 2024 - 19.00 Uhr

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

**Kosten:** Freiwillige Spende

Anmeldung erbeten: Verein Provit 03136 / 61400-34

## TANZEN ab der Lebensmitte

**mit Tanzleiterin Monika Meister**

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

**jeden Dienstag ab 8. Oktober 2024**  
**16.00 bis 17.30 Uhr**  
**Haus der Musik, Marktplatz 2, EG**

**Kosten:** € 8,-- pro Einheit



**Anmeldung + Auskunft:** Fr. TL Monika Meister  
 0664 / 30 50 721 oder [bewegungsschule@gmx.at](mailto:bewegungsschule@gmx.at)

## Provit aktuell - Provit aktuell - Provit aktuell - Provit aktuell - Provit

## Turnen - Pilates

mit Birgit Hörmann



**Termin:** ab Donnerstag, 3. Oktober 2024  
19.00 – 20.00 Uhr

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

**Unkostenbeitrag für 10 Einheiten:**

€ 35,-- für Mitglieder / € 40,-- für Nichtmitglieder

**Anmeldung und Auskunft:**  
03136 / 61400-34 oder provit-lieboch@aon.at

## Hebamme mit Kassenvertrag



Folgende Leistungen werden von deiner Gesundheitskasse übernommen:

Hebammenberatung (18.-22. SS-Woche), Schwangeren-Vorsorgen, Vorbereitung auf Geburt und Wochenbett, Betreuung nach der Geburt, Stillberatung, Gewichts- und Entwicklungskontrollen deines Babys bis zu 12 Wochen nach deiner Geburt.

**Melde dich gerne bei mir!** Carmen Ulrych-Roszkopf, 0660 / 76 38 247 oder carmenulrych@gmx.at

## Ganzheitliche Frauenheil-Impulse



Diese sanfte Methode aus der Frauenheilkunde unterstützt die Balance deiner körpereigenen Hormone und gleicht damit verschiedene körperliche und auch seelische Beschwerden aus.

## Frauenkreis - Die weibliche Kraft in dir stärken

- Verspürst du manchmal auch das große Bedürfnis, dich so zeigen zu dürfen, wie du bist?
- Willst du deine Rollen einmal ablegen und ganz du selbst sein?
- Sehnst du dich nach einem Raum, in dem du alle Themen, die dich beschäftigen, laut aussprechen kannst?
- Wünscht du dir mehr Verbindung mit Frauen, die dir völlig wertfrei begegnen, dir Raum geben und einfach zuhören?

**Dann ist ein Frauenkreis vielleicht genau das Richtige für dich!?**



**Nächster Beginn:** Donnerstag, 12. September 2024

17.30 – 20.00 Uhr (insg. 6 Abende)

**Projektbeitrag:** € 175,--

## Mütter- und Familientreffpunkt in der Region Lieboch



ab Herbst 2024 / Mehr Infos auf der Homepage.

## Singkreis \*Mantren und Chants\*

Wir treffen uns 1x monatlich zum Singen von Kraftliedern, Mantren und Chants aus aller Welt.  
**Wann?** 19.9. / 24.10. / 14.11. / 5.12. jeweils 19 - 21 Uhr  
**Kosten:** 20,-- / Abend

**Wo?** Sonnenvilla Attendorf, 8151 Hitzendorf

**Mehr Infos und Anmeldung:**

<https://www.hebamme-carmenulrych.at>

## Aktivierungstraining mit

**LIMA**  
LEBENSQUALITÄT IM ALTER



Visuelle Aufgaben

Natürlich bleibt auch Zeit für Klatsch und Tratsch, schließlich braucht man auch Zeit, Erfahrungen, Informationen und Erlebnisse auszutauschen.



**Anni Koch und Magda Reininger** feiern ihren 80igsten Geburtstag  
Alles Gute!

Unsere **Magret Bloder** verwöhnt uns in den Gruppenstunden immer mit selbstgemachten Kuchen.

## NEUGIERIG geworden?

Dann melden Sie sich unter 0676 / 670 36 26.  
**Brigitte Bachner**

Die Aktivitäten-Runde trifft sich jeweils mittwochs von 14.00 bis 16.00 Uhr im Medienraum der Gemeinde Lieboch.

**Termine:**  
18.9. / 2. + 16. + 30.10. / 13. + 27.11. / 11.12.2024

**Obfrau Anna Lang**  
Verein PROVIT