



Die „Gesunde Gemeinde“ Gallizien lädt sehr herzlich zur nachfolgenden Veranstaltung ein:

„1. Geh-Rede“ im Licht des Mondes

eine besondere Abendwanderung mit Wissen, Bewegung und Entspannung



„Geh-Rede“ ist ein neues Veranstaltungsformat, bei dem Experten Wissen zu den unterschiedlichsten Themen im Gehen vermitteln.

TERMIN: 8. Juli 2025, 19.30 Uhr.

TREFFPUNKT: Kita Obirzwerge Möchling

Gemeinsam wandern wir im Licht des fast vollen Mondes auf den **Koschitz** – begleitet von spannenden Himmelsgeschichten.

Die Experten:

Christian Zechner

Leiter der Helmrich-Lambrecht-Sternwarte St. Kanzian und Besitzer eines der größten mobilen Fernrohre Kärntens
Er wird uns unterwegs und am Gipfel über Sonne, Mond und Sterne erzählen – mit Blick durchs Teleskop!

Beatrix Gruber

zertifizierte Yogalehrerin

Sie leitet sanfte, kraftvolle Übungen im Stehen an – perfekt, um Körper und Geist zu öffnen, die Energie fließen zu lassen und entspannt in die Stille einzutauchen. Ganz ohne Matte, einfach in Bewegung und im Rhythmus des Mondes.

Bitte mitbringen:

- Gutes Schuhwerk
- Stirnlampe
- Getränk
- Neugier auf Himmel, Natur und Stille

DRITTES GALLIZIANER NACHT - RENNEN
Das Sportevent für die ganze Familie

7 ODER 14 KILOMETER
LAUFEN ODER GEHEN

Kinderläufe über 100m - 3km
von 4 bis 17 Jahren ab 18:00 Uhr
5€ bis Jahrgang 2017
10€ Jahrgang 2016 und älter

START UND ZIEL BEIM SPORTPLATZ GALLIZIEN
FREITAG 11. JULI 2025 UM 20:00 UHR

22€
ANMELDEGEBÜHR
NACHMELDUNG
VOR ORT 25€

WEITERE INFORMATIONEN UND ANMELDUNG
<https://my.raceresult.com/269285/>

Im Anschluss Speis
und Trank durch den
SV Gallizien

Eine Veranstaltung von

TRI - TEAM
SÜDKÄRNTEN

Gemeinde
Gallizien



Die Teilnahme ist kostenlos –
keine Anmeldung erforderlich.

Bei Schlechtwetter findet die
Veranstaltung nicht statt.

Wir freuen uns auf einen unvergesslichen
Abend mit euch!

1. Hitzetag in Gallizien –

eine Informationsveranstaltung rund um das Thema Hitze und Gesundheit



Diese Veranstaltung richtet sich an alle Generationen und bietet wertvolle Informationen für den Alltag in zunehmend heißen Sommern und findet bewusst an einem „coolen“ Ort statt.

TERMIN: 3. Juli 2025, 18.00 Uhr.

TREFFPUNKT: am Linsendorfer See
bei Regen am Gemeindeamt Gallizien,
Wildenstein 100/2

Haftungsausschluss: Für die Veranstaltung wird keine Haftung jeglicher Art übernommen.

LAND KÄRNTEN

Die Veranstaltung wird von der Unterabteilung Gesundheitsförderung des Landes Kärnten finanziell unterstützt.

Was erwartet Sie?

• Kurzvorträge:

Dr. Cornelia Blaschitz, Internistin und praktische Ärztin, spricht über **medizinische Risiken und Schutzmaßnahmen bei großer Hitze**.

Rebecca Mader – Mehličić, BA, Psychotherapeutin, beleuchtet die **Auswirkungen von Hitze auf die Psyche**.

• Praktische Einblicke:

Rainer Kulter, Rettungssanitäter, zeigt **Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Hitzeunfällen und die richtige Handhabung eines Defibrillators**

Die Teilnahme ist kostenlos – einfach vorbeikommen, zuhören, mitreden und dazulernen!

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Wanderungen - 2025



Datum	Art		Zeit	Führer
		Juni		
Sa. 21.	W	Afritz – Verditz – Palnock – Schwarzseehütte - Afritz Treffpunkt; 7.00 Uhr, Sportplatz Gallizien	4-5	Walter Piroutz
		Juli		
Sa. 19.	BW	Bergwanderung in den östl. Karawanken, Seeberg See – Tschechische Hütte Slo., Alpenmohnblüte, mittelschw. (auch Klettersteig C/D möglich!!) für Klettersteig Anmeldung bis 10. Juli bei Walter Piroutz erforderlich!! Treffpunkt; 7.00 Uhr, Sportplatz Gallizien	5	Walter Proutz
		August		
Sa. 09. bis So.10.	BW	Ankogelgruppe, Kölnbreinspeicher - ,Kleinellental – Osnabrücher Hütte, Nächtigung, Tag 2 - Schwarzhornseen retour, mittelschwierig Trittsicherheit Anmeldung bis 10. Juli bei Piroutz erforderlich!! Treffpunkt; 8.00 Uhr Sportpl. Gallizien	5-6	Walter Piroutz
Ersatz !!		Reichenfels – Peterer Hütte – Peterer Riegel Treffpunkt; 7.30 Uhr, Sportplatz Gallizien	3-5	Walter Piroutz
		September		
Sa.13.	BW	Trögern - Kärntner Storschitz – Seebergsattel, Mittelschw.! Anmeldung bis 05. Sept. bei Piroutz erforderlich!! Treffpunkt; 7.00 Uhr, Sportplatz Gallizien	5-6	Walter Piroutz
		Oktober		
Sa. 18.	W	Mittlere Karawanken, Ferlacher Horn, mittelschwierig Treffpunkt; 7.00 Uhr, Sportplatz Gallizien	5	Walter Piroutz
		November		
Sa. 08. 11.	W	Sittersdorf – Weinberg, leicht! Treffpunkt; 8.30 Uhr ADEG Parkplatz Sittersdorf	3-4	Walter Piroutz

Details zu den Wanderungen gibt bei Walter Piroutz unter 0650/2060457 od. pw.berg.5@gmx.at

P.S.: wir bilden der Umwelt zu Liebe am Sportplatz Gallizien Fahrgemeinschaften!

Trittsicher & aktiv **Kursreihe** zur Sturzprävention



Gewinnen Sie mehr Lebensqualität und Sicherheit durch diesen kostenlosen Kurs!

Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsvermögen stehen im Mittelpunkt der Kursreihe zur Sturzprävention. Stärken Sie Ihre Muskeln gezielt und verbessern Sie Ihre Selbsteinschätzung. Der Kurs ist für selbstständig lebende Personen ab 65 Jahren.

Kursdauer: 12 Wochen (einmal wöchentlich 50 Minuten)

Gruppengröße: 8 bis 10 Personen

Kursstart:

Datum: 07.07.2025, 09.00 Uhr

Ort: Pfarrstadel Gallizien

Kontakt und Anmeldung:

Gemeinde Gallizien, 04221/2220

E-Mail: gallizien@ktn.gde.at

Trittsicher & aktiv wird finanziert und gefördert von:

Umgesetzt durch:

Jetzt in deiner Nähe: kostenloser “Digital Überall“-Workshop!



SMARTPHONE SICHER NUTZEN:
EIN WORKSHOP FÜR
DIGITALE EINSTEIGER:INNEN

Donnerstag, 26. Juni 2025

14.00 - 17.00 Uhr

9132 Gallizien

Sitzungsaal der Gemeinde (Wildenstein 100/2)

Die Digitale Kompetenzoffensive ist eine Aktion des BKA
in Zusammenarbeit mit BMF, BMKÖS, BMAW und BMBWF.

Powered by Digital Austria.



Gemeinde
Gallizien

**Kärntner
Bildungswerk**
Partner für Bildung & Kultur

**JETZT ANMELDEN ZUM
KOSTENLOSEN “DIGITAL
ÜBERALL“-WORKSHOP**
gallizien@ktn.gde.at
+43 (0) 4221 / 2220

 **Digital Austria**
Kompetenzen

 Österreichischer
Gemeindebund

 Österreichischer
Städtebund

digitalekompetenzen.gv.at

