

Gesundheitswegweiser



3xG:Gsund.Glücklich.Grafhuse.

Hinweise:

- Fehlt Ihr Angebot? Haben Sie Korrekturen?
Bitte wenden Sie sich an die Gemeindeverwaltung, Frau Monika Dilger (07748/520-21).
- Aktuelle Informationen zum Gesundheitswegweiser sind künftig auch hier zu finden: <http://grafenhausen.de/index.php?id=413>

Altersgruppe	Titel	Thema	Träger/ Ansprechpartner Tel.-Nr.	Regelmäßigkeit und Kosten	Informationsweg
Kinder unter 3 Jahren	Babyschwimmen	Bewegungsförderung für Eltern/Kinder	Privat: Eva Bächle (07748-929393)	3 Kurse pro Jahr á 8 Einheiten, kostenpflichtig (50 Euro pro Kurs) ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt
	Eltern-Kind-Turnen	Bewegungsförderung für Eltern/Kinder	Katholisches Bildungswerk; Tamara Gold (07748/919686)	Kurse á 12 Einheiten, kostenpflichtig (30 Euro pro Kurs) ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt Bildungswerkprogramm Zeitung, Pfarrblatt
Kinder von 3-6 Jahren	Angebot im Kindergarten: Mittagessen, Gesundes Frühstück, Bewegungsprogramme/-möglichkeiten				
	Flick-Flack	Bewegungsförderung	Katholisches Bildungswerk; Sonja Kaltenbacher (07748-2599847)	Wöchentlich (nur Winterzeit) Do nachmittags, 10 Einheiten, 25 € (nicht in den Ferienzeiten) 3 bis 4-jährige um 15.00 bis 16.00 Uhr 5-jährige bis Vorschulalter 16.00 bis 17.00 ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt Plakat im Kindergarten Bildungswerkprogramm Zeitung, Pfarrblatt
Grundschul Kinder	Snowkids in Action	Bewegungsprogramm mit Zirkeltraining, Koordination, Geschicklichkeit und Spiele	SC Rothaus Tanja Haberstroh (0172-7671036)	Wöchentlich (nur Winterzeit) Di von 17.30 bis 18.30 Uhr, 10 Einheiten Mitglieder 25 €, Nichtmitglieder 30 € ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt
Kinder von 6-12 Jahre	Angebote in der Schlüchtal-Schule: Mittagessen (Hoffmann-Menü), Schulfruchtprogramm				
Für alle Kinder	Kinderspielnachmittag im Blubb	Bewegungsförderung	Gemeinde (07748/520-44)	Mo nachmittags, kostenpflichtig (Eintritt Blubb)	Mitteilungsblatt
	Lauftreff (jeglichen Alters)	Bewegungsförderung	SC Rothaus Manfred Jäger (07748/357)	Sa ab 09.30 Uhr Im Skulpturenpark (Winter), am Schlüchtsee im Sommer	Mitteilungsblatt Homepage
	Kinderchor	Förderung seelischer und körperlicher Gesundheit, Rhythmusschulung	Liederkranz Gerd Benz (0151-12557674)	Beginn ca. 10 Wochen vor Konzert (Juli und Dezember)	Mitteilungsblatt Schule Flyer
	Bewegungs- und Gehirnjogging	Förderung von körperlicher und geistiger Gesundheit	Schwarzwald-Volkstanzgruppe Grafenhausen e.V. Lothar Andris (07748/5630)	Mo (14-tägig) 16.00 bis 18.00 Uhr ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt
Jugendliche/Junge Erwachsene	Vortragsreihen	Gesundheitsinformation	Schulsozialarbeit (Gemeinde) Schlüchtal-Schule Corinna Pieper	nach Vereinbarung (Soz-paed-pieper@web.de)	Mitteilungsblatt
	Angebote in der Schlüchtal-Schule: Mittagessen (Hoffmann-Menü), Schulsozialarbeit (Gemeindefinanziert)				
	#MOVE	HIIT (High Intensity Intervall Training)	Privat: Delwina Cresci (07748-770)	Di (Mai-September; 19.30-20.30 Uhr) kostenlos/Spendenbasis	Facebook oder Delwina Cresci

Erwachsene	Bauch-Beine-Po	Bewegungsförderung/ Sport	Katholisches Bildungswerk Tanja Haberstroh (0172-7671036)	Mi morgens 8.30 Uhr 30 €, 12 Einheiten, ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt Bildungswerkprogramm Zeitung, Pfarrblatt
	Präventives Rückentraining	Bewegungsförderung	Physiopraxis Cresci (07748-770)	10 Einheiten á 1h Kostenpflichtig (140 Euro pro Kurs); ➔ Termin nach Absprache	Physiopraxis Cresci
	Aqua-Fitness	Bewegungsförderung/ Sport	Privat: Eva Bächle (07748-929393)	3 Kurse á 10 Einheiten, kostenpflichtig (65 Euro pro Kurs) ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt
	TANZEN – Einfach, weil's Spaß macht	Bewegungsförderung/ Gemeinschaft	Katholisches Bildungswerk Sylvia Winterhalter (07748-91046)	24.02.;26.05.;29.09.;24.11. ab 20 Uhr im Pfarrkeller Grafenhausen	Mitteilungsblatt Bildungswerkprogramm Zeitung, Pfarrblatt
	Bewegungs- und Gehirnjogging	Förderung von körperlicher und geistiger Gesundheit	Schwarzwald-Volkstanzgruppe Grafenhausen e.V. Lothar Andris (07748/5630)	Do um 20.15 Uhr ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt
	LINEDANCE	Bewegungsförderung	Katholisches Bildungswerk Conny Pulito (07746-2615)	Di und Do Abends (verschiedene Stufen) ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt Bildungswerkprogramm Zeitung, Pfarrblatt
	Gemischter Chor	Förderung seelischer und körperlicher Gesundheit Gedächtnisschulung	Liederkranz Gerd Benz (0151-12557674)	Di um 20.15 Uhr Hagehus	Mitteilungsblatt Flyer
Senioren	Senienschwimmen/ Wassergymnastik	Bewegungsförderung/ Sport	Gemeinde/Ortsseniorenrat Eva Bächle (07748-929393)	Sa Vormittags (10.10-10.30 Uhr), im Blubb; Eintritt vom Hallenbad	Mitteilungsblatt
	Fit durch Wassergymnastik Aqua Gymnastik	Bewegungsförderung/ Sport, effizientes Bewegungstraining	Landfrauen Schönenbach Ingrid Fechtig (07747/279)	Di ab 12.02.19 (19.30 Uhr - 20.15 Uhr) Fr ab 15.02.19 (09.30 Uhr - 10.15 Uhr) 8 Einheiten, EURO 45,- (inkl. Eintritt Hallenbad) ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt
	Senioren-Fitness (Männer und Frauen getrennt)	Bewegungsförderung/ Sport	Wilma Moosmann (07748-5522)	mo 15.00 bis 16.00 Uhr Frauen mo 16.15 bis 17.15 Uhr Männer Schwarzwaldhalle (kostenlos)	Mitteilungsblatt
	Trittsicher durchs Leben	Bewegungsförderung/ Sport	Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau Eva Bächle (07748-929393)	2 Kurse á 6 Einheiten (Ortsteil), kostenlos ➔ Voranmeldung!	Mitteilungsblatt
	Gemischter Chor	Förderung seelischer und körperlicher Gesundheit Gedächtnisschulung	Liederkranz Gerd Benz (0151-12557674)	Di um 20.15 Uhr Hagehus	Mitteilungsblatt Flyer
	Spieletreff	Geistige Aktivität/ Gemeinschaft	Ortsseniorenrat Dorothea Stobbe (07748-629)	1 mal pro Monat; Mi um 14.30 Uhr Gasthaus Breitehof	Mitteilungsblatt

Senioren	Sprechstunden	Gemeinschaft/ Hilfestellungen	Ortsseniorenrat Anita Fehrenbach (07748/419)	Nach Vereinbarung	Mitteilungsblatt
	Stubede	Seelisches Wohlbefinden/ Gemeinschaft	Ortsseniorenrat Anita Fehrenbach (07748-419)	1 mal pro Monat Café Müller, um 14.30 Uhr	Mitteilungsblatt
	Seniengottesdienst Mit anschließendem Mittagessen	Soziales Miteinander Geistliche Zusammenkünfte	Seniorenwerk St. Fides Peter Kunzelmann (07748-919880)	einmal pro Monat immer dienstags um 10.30 Uhr	Mitteilungsblatt
	Nachbarschaftshilfe	unterstützen ältere und kranke Menschen im Haushalt (Fahrdienste/Begleitung zum Einkaufen, Arzt, Behörden etc.)	JA-Verein Nachbarschaftshilfe St. Gallusstraße 46 in Mauchen (07744-337 97 83)	Flexible Terminvereinbarung Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag von 9.00 bis 11.00 Uhr, Mittwoch von 15.00 bis 17.00 Uhr	Mitteilungsblatt
Pflegebedürftige/ Hilfsbedürftige	Sozialstation Oberes Wuchtachtal e.V.	für pflegebedürftige und kranke Menschen, Hilfestellung in ihrer häuslichen Umgebung	Mühlenstraße 5 in 79848 Bonndorf Dorothea Langenbacher (07703-937011)	nach Terminvereinbarung	Mitteilungsblatt
	Angebote für hilfsbedürftige Menschen	Unterstützung in besonderen Notlagen	Förderverein St. Elisabeth Anita Fehrenbach (07748/419)	Auf Anfrage	Flyer
Selbsthilfegruppen	Parkinson Kontaktgruppe	Informationen, Austausch, Gespräche und Parkinsongymnastik	Anni Oßwald (07651-1390) Margit Knosp (07651-5506)	Jeden 3. Mi im ungeraden Monat 15.30 Uhr im Pflegeheim St. Raphael Neustadt Gymnastik jeden Mi 15.30 Uhr Grundschule Bonndorf	Mitteilungsblatt
Angebote für alle Bürgerinnen und Bürger	Angebote der Sportvereine (Fußball, Tennis, Wintersport) Kontaktinformationen über Homepages der Vereine				
	Schwimm-/Bademöglichkeiten: Blubb (Schwimmbad), Schlüchtsee Sportplätze (ink. Tennisplatz) und Spielplätze Skulpturenpark Volleyballplatz Schlühüwana-Park Wassertretstelle Wanderwege Im Winter: Skilift, Rodelbahn, Loipennetz Ärzte, Zahnärzte, Apotheke, Physiotherapie <u>Standorte der Defibrillatoren in 79865 Grafenhausen</u> Tourist Info, Hüsl 1 a (nur zu den Öffnungszeiten zugänglich) Schwarzwaldhaus der Sinne, Schulstraße 1 (nur zu den Öffnungszeiten zugänglich!) Sparkasse Grafenhausen, Rathausplatz 2 Ortsteil Mettenberg, Schulhaus, Kaßlet 2 Ortsteil Staufen, Bürgerhaus, Johann-Anton-Morath-Weg 5,				