

# GEMEINDEINFO

## DIE GEMEINDE INFORMIERT



## Blutspendeaktion

Das Rote Kreuz lädt alle Thalerinnen und Thaler zur Blutspendeaktion ein:

<b>Wann?</b>	<b>Donnerstag, den 9. Juli 2020</b>
<b>Uhrzeit?</b>	<b>17.00 bis 20.00 Uhr</b>
<b>Wo?</b>	<b>im Thalsaal (Arnold Schwarzenegger Volksschule)</b>

**Sollten Sie zum ersten Mal Blut spenden wollen, hier einige Informationen zum Ablauf:**

- Blut spenden können alle gesunden Frauen und Männer ab 18 Jahren.
- Mithilfe eines Fragebogens wird vorab festgestellt, ob Sie geeignet sind. Danach werden Hämoglobin, Blutdruck, Puls und Körpertemperatur gemessen.
- Bei der Blutspende werden der Spenderin oder dem Spender ca. 500 ml Blut entnommen, das der Körper schnell wieder ersetzt.
- Im Anschluss gibt es einen kleinen Imbiss zur Stärkung.

**Bitte bringen Sie einen amtlichen Lichtbildausweis und einen Mund-Nasen-Schutz mit.**

Durchschnittlich werden in der Steiermark jährlich circa 52.000 Blutkonserven benötigt. Ihre Spende ist auch deshalb so wichtig, weil Blutkonserven maximal 42 Tage lang haltbar sind und nicht unbegrenzt gelagert werden können.

**Hilf mit deiner Blutspende, Leben zu retten! **



**ÖSTERREICHISCHES  
ROTES KREUZ**

*Aus Liebe zum Menschen.*



## Shiatsu: Bianca Rosenmayer

Shiatsu ist eine ganzheitliche Form der Körperarbeit, die entspannend, ausgleichend und vitalisierend wirkt. Durch achtsame Berührung mit den Fingerspitzen, Handballen oder Ellbogen werden die Meridiane behandelt. Spezielle Techniken, Dehnungen und Mobilisationen lösen Spannungsmuster und stellen wieder allgemeines Wohlbefinden her.

Shiatsu nimmt den Menschen als Ganzes wahr und kann so längerfristige Erfolge erzielen. Das größte Potential von Shiatsu liegt in der Vorsorge, der Aktivierung der Selbstheilungskräfte und einer Steigerung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens.

### Nimm dir Zeit für dich

In unserem Alltag sind wir häufig körperlich und geistig gefordert und verlernen so den Zugang zu uns selbst. Im Behandlungsmittelpunkt befinden sich daher immer die jeweiligen Bedürfnisse meiner Klienten. Durch ein ausführliches Vorgespräch wird gemeinsam der Behandlungsablauf erarbeitet.

Die Shiatsubehandlung wird in ruhiger und gemütlicher Atmosphäre am Boden auf einer weichen Matte durchgeführt.

### **Shiatsu wirkt bei:**

- Schmerzen (Kopf-, Gelenks-, Rückenschmerzen...)
- Schlafstörungen
- Stress, Unruhezuständen, Erschöpfung, Burn-Out
- Verspannungen
- Verdauungsproblemen
- Nach Unfällen und Krankheiten unterstützt Shiatsu den Heilungsprozess.
- Shiatsu in der Schwangerschaft
- Manuelle und energetische Narbenentstörung

- Stärkung des Immunsystems
- unterstützt bei Veränderungsprozessen – körperlich wie seelisch

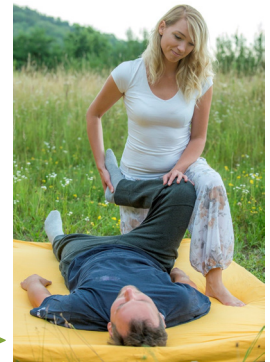
*Bianca Rosenmayer*  
*Diplomierte Shiatsupraktikerin*

Hardterstraße 25

8052 Thal

0677/61 80 88 61

[www.shiatsu-rosenmayer.at](http://www.shiatsu-rosenmayer.at) ◆



© Foto – Bianca Rosenmayer

## Baum- und Strauchschnitt

Die Abgabe Ihres Baum- und Strauchschnitts ist rund um die Uhr vor dem Umweltzentrum möglich. Der Einwurf von **Gras, Laub, Erde, Bioabfall oder Unkraut ist jedoch verboten!**

Die Abgabe ist nur für Thalerinnen und Thaler erlaubt - keine gewerbliche Entsorgung!

Die Entsorgung in den Straßen- und Bachgräben ist verboten! ◆

## Absage Felsenfest

Leider kann das für den 4. Juli 2020 geplante Felsenfest wegen der Corona-Auflagen heuer nicht stattfinden.

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr!

*Ihre Feuerwehr Steinberg-Rohrbach* ◆

