

# Vorhang

St. Pölten Einblick in ihre Arbeit.



Dominik Schreiber von der Feuerwehr St. Pölten, Viola Kapeller vom Roten Kreuz, Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner, Harald Gruber vom ASBÖ und Aleks Fischer vom Roten Kreuz rühren kräftig die Werbetrommel für die Freiwilligenmesse am Sonntag, 10. November.

Foto: NLK Burchhart

## Weibliche Anregungen

**Veranstaltungsreihe** | „leichter.leben.inspiriert“ startet am Donnerstag, 31. Oktober, in Alt Lengbach.

Es sind viele verschiedene Rollen, die sich zu einem einzelnen Frauenleben zusammenfügen. Mutter, Partnerin, Geschäftsfrau, Ehrenamtliche, Versorgerin, Organisatorin, Pflegerin, Zuhörerin ... Die Veranstaltungsreihe „leichter.leben.inspiriert“, die von der Zeitschrift „Welt der Frauen“ gemeinsam mit dem Generationenreferat des Landes NÖ und der Katholischen Frauenbewegung der Diözese St. Pölten organisiert wird, gibt genau dieser Vielfalt eine Bühne.

Auf dieser spricht an vier Abenden (siehe Infobox) Frauen-Landesrätin Christiane Teschl-Hofmeister über Kraftquellen und Inspiration von Frauen. Anna Rosenberger, Vorsitzende der Katholischen Frauenbewegung St. Pölten, gibt aus dem spirituellen Bereich Impulse und Anregungen dafür, wie mehr Leichtigkeit ins Leben kommen kann.

Informationen steuern Expertinnen aus unterschiedlichen Bereichen bei. So gibt es bei der Auftaktveranstaltung in Alt Leng-

bach am Donnerstag, 31. Oktober, fachliche Inputs von Anna Maria Dieplinger, Expertin für Frauengesundheit und Gendermedizin, sowie von Alexandra Meixner, Gynäkologin, Sexualberaterin, Ultra-Triathletin und Kabarettistin.

Musikalisch umrahmt werden die vier Veranstaltungen von der „Quetschwork Family“ bzw. „Frauenkompott“.

### Termine

- Donnerstag, 31. Oktober, **Alt Lengbach**, Lengbachhof
- Donnerstag, 16. Jänner 2020, **Oed-Oehling**, Sturmsaal
- Mittwoch, 19. Februar 2020, **Wiener Neustadt**, HAK
- Mittwoch, 25. März 2020, **Zwettl**, Stift

**Beginn** ist jeweils um 18.30 Uhr, Einlass um 18 Uhr, das Ende ist um 20.30 Uhr geplant.

Die Veranstaltungen sind **kostenlos**, **Anmeldung** unbedingt erforderlich: [www.welt-der-frauen.at/veranstaltungen](http://www.welt-der-frauen.at/veranstaltungen)

## Alles von und für die Frau

**Messe** | „Gesundheit für SIE“ geht am 8. und 9. November in St. Pölten über die Bühne.

„Als Frau durchs Leben: Stark in allen Lebensphasen“ ist das Motto der „Gesundheit für SIE“ am Freitag, 8. November, von 14 bis 18 Uhr und Samstag, 9. November, von 9 bis 18 Uhr im WIFI St. Pölten. Der Schwerpunkt der Messe liegt auf Anforderungen, denen Frauen unterschiedlicher Altersklassen bei beruflichen, privaten und gesundheitlichen He-

erausforderungen begegnen. Neben einer vielfältigen Gesundheitsstraße gibt es auch ein hochkarätiges Vortragsprogramm.

Und wer direkt vor Ort in Bewegung bleiben will, kann sich im Line-Dance und Lateintanz versuchen oder mit Übungen zum Beckenbodentraining fit halten. Zum Abschluss sorgt Multitalent Alexandra Meixner für einen kabarettistischen Streifzug durch die weibliche (und auch männliche) Sexualität. Der Eintritt ist frei.

[www.gesundheitfuersie.at](http://www.gesundheitfuersie.at)



## Im Salonwaggon zum Gut Aiderbichl

**Erlebnis-Fahrt** | Der Weihnachtsmarkt, gerettete Tiere und die Stille-Nacht-Kapelle sind zu sehen.

NÖN und Raiffeisen Reisen laden am Samstag, 23. November, wieder zum Weihnachtsmarkt und Wintermärchen ein. Mit dem historischen Salonzug geht es von Wien mit Zustieg-Stops in St. Pölten und Linz in einem der schönen Salonwaggons nach Eugendorf.

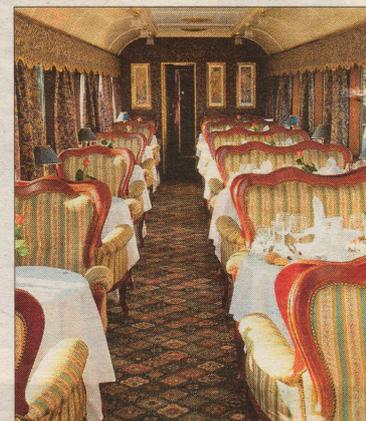
Dort gibt es die Möglichkeit, bei einer Führung die geretteten Tiere bei Tierpräsentationen oder an der großen Lebendtierkrippe näher kennenzulernen. Am Weihnachtsmarkt warten geschmackvolle Geschenkartikel oder Accessoires sowie regionale Schmanckerl.

Danach führt der Ausflug weiter mit dem Bus nach Eugendorf mit einer Führung durch die Stille-Nacht-Kapelle. Nach dem Besuch des Weihnachtsmarktes vor der Kapelle geht es mit dem Nostalgie-Salonzug wieder retour.

Kosten: 179 Euro pro Person (inklusive Zugfahrt, Bustransfer,

Eintritt und Führung Gut Aiderbichl und Stille-Nacht-Kapelle, Besuch der Adventmärkte, Mittagessen und Punsch mit Gedenkhäferl).

Infos und Buchung: alle Raiffeisen-Reisebüros, 02742/354681, [stpoelten@raiffeisen-reisen.at](mailto:stpoelten@raiffeisen-reisen.at)



Mit dem historischen Salonzug geht es von Wien in einem der schönen Salonwaggons nach Eugendorf. Foto: zVg