



# ..... 9. GESUNDHEITSTAG .....

## Bewusst gesund in Bad Vöslau Thema: Prävention

### AUFTAKT:

**Kabarett Peter&Tekal:**

**Echt krank - Die Show zum Körper**

Freitag, 11. März 2016

Beginn: 19.30 Uhr

Kursalon Bad Vöslau

Waldwiese 2

Karten zu € 20,-/€ 18,- bei: Reisebüro Fellner (02252/790308)  
und Tourist-Info (02252/76161-45)



## GESUNDHEITSTAG

**Samstag, 12. März 2016**

**Kurzentrum Bad Vöslau**

**9.00-17.00 Uhr**

**Badner Straße 7-9**

### VERANSTALTER:

Stadtgemeinde Bad Vöslau

Schlossplatz 1

2540 Bad Vöslau

Tel.: 02252 / 76161-45

E-Mail: [touristinfo@badvoeslau.at](mailto:touristinfo@badvoeslau.at)



## PROGRAMM

**9.00 UHR BEGINN**

**9.30 UHR ERÖFFNUNG** mit BGM DI Christoph Prinz und Direktor Christoph Buchegger. Moderation Gerhard Pellegrini

**10.00 UHR Live-Auftritt des KNEIPP Aktiv Club Bad Vöslau**

## DIAGNOSESTRASSE

**B.I.A. Messung (Bio-Impedanz-Analyse)** / Mag. Nina Kienreich, Diätologin vom Schmerzkompetenzzentrum

**Blutzucker und Cholesterin Messung** / Marlene Leitner-Pressler, Biomedizinische Analytikerin

**MFT Balance Board (Balancetest)** / Initiative „TUT GUT!“ – NÖ Gesundheits- und Sozialfonds

**TDS Reaktionstest** / Initiative „TUT GUT!“ – NÖ Gesundheits- und Sozialfonds

**Blutdruck Messung** / Rotes Kreuz, Bezirksstelle Bad Vöslau

**Computersehtest** / Optik Freisinger

**Hörmessung** / Hansaton Hörkompetenzzentrum Baden

**Muskelkraft Messung** / Apotheke zum Erlöser

## VERLOSUNG

um 12.15 Uhr und um 16.00 Uhr verlosen wir tolle Preise!

## WORKSHOPS

**10.00-16.00 Uhr** (stündlich) / **Orientieren - Suchen und Finden mit Karte und Kompass**

Einführung und Übungsangebot rund um's Kurzentrum • Workshop-Leiter: Klaus Kramer, Verein GO Harzberg

**10.00-10.45 Uhr** / REPULS Lichtmedizintechnik GmbH / **REPULS Tiefenstrahler – präventive Anwendung im Alltag**

Workshop-Leiterin: Birgit Schiefer

**10.45-11.15 Uhr** / **Blitz(schnelles) Bild mit Zufallstechnik – Kennenlernen von Maltechnik**

Ein eigenes Bild in kurzer Zeit malen • Workshop-Leiterin: Karin Kneissl, Kunsttherapeutin

**11.15-12.00 Uhr** / **Energieräuber – Energiequellen** Wie kann ich mich schützen und meine Lebenskraft stärken

Workshop-Leiter: Michael Holler, Shiatsu-Praktiker, Lebens- und Unternehmensberater

**14.00-14.45 Uhr** / **Resilienz Strategie der Stehauf-Menschen**

Herausfordernde Zeiten und Situationen privat und beruflich erfordern innere Widerstandskraft (Resilienz). Lernen Sie wesentliche Faktoren kennen und aktivieren Sie diese nachhaltig. • Workshop-Leiterin: Karin Roth, Image Matters e.U.

**15.00-15.45 Uhr** / **Happy Hour Frauenpower** - Bauch, Bein, Po zu Happy Musik für Frauen 40+

Workshop-Leiterin: Mag. Dagmar Popp, Begegnungen-Unternehmensberatung e.U.

## VORTRÄGE

**11.00-11.30 Uhr** / **Vorstellung der 1. Vöslauer Schmerzgruppe** • Dr. Herwig Kropfmüller, Schmerzkompetenzzentrum

**11.30-12.00 Uhr** / **Was ist Ergotherapie?** Wann profitieren mein Kind und ich von Ergotherapie?

Barbara Engel, Gesundheitszentrum Hanuschgasse

**14.00-14.30 Uhr** / **Die Macht der Worte** Erklärung und Demonstration, was Wörter bei uns bewirken und was man im Alltag ändern kann, um die „Macht der Wörter“ richtig zu nutzen • Brigitte Wasgott, Kinesiologin

**14.45-15.15 Uhr** / **Präventive Gedächtnisübungen** Mit Spaß und Genuss zu einem guten Gedächtnis

Maria Hötzel, Österreichischer Bundesverband für Gedächtnistraining

**15.30-16.00 Uhr** / **Kleine (und große) Leseohren** Warum Bücher für Kleinkinder so wichtig sind und welchen präventiven Einfluss diese frühe Begegnung auf den Schulerfolg hat • Susanne Zeiler, Eltern-Kind-Zentrum Bad Vöslau