

VORTRAGSTIPP

als Auftakt zur Gesundheitsmesse

Freitag, 8. Nov. 2024
19 Uhr, Zentrum
Ringstraße 9, Feldbach

„BEWUSST. GEMEINSAM. GESTALTEN – Vom Tun & Dranbleiben“

Ref.: **Felix Gottwald, erfolgreichster
Olympiasportler Österreichs & Impulsgeber**

Felix Gottwald steht seit jeher für gesunden und freudvollen Erfolg. In seinem Impulsvortrag lädt er ein, unsere Gesundheit und Vitalität selbstbestimmt zu gestalten, anstatt unsere Krankheiten zu verwalten.

Sein Credo: EINFACH DEIN BESTES GEBEN.
Damit das Tun, Dranbleiben und Erneuern bei jeder Herausforderung ein einfacher und freudvoller Prozess bleiben kann.



EINTRITT FREI!

FELDBACH

DIE ALTERSGERECHTE STADT



COMMUNITY NURSING
GESUNDHEITSVORSORGE FELDBACH



INFORMATIONEN & KONTAKT:

PROJEKTLEITUNG: Fin.Ref. Sonja Skalnik

KONTAKT: Community Nurses,
Start UP Center Feldbach,
Franz-Seiner-Gasse 2, 8330 Feldbach,
Tel.: 03152 / 2202-750, cn@feldbach.gv.at,
www.feldbach.gv.at/altersgerechtestadt

Für das leibliche Wohl bei der Gesundheitsmesse ist bestens gesorgt und im Familienzentrum wird ein **Kinderprogramm** angeboten.

Zusätzlich gibt es im Rahmen der Gesundheitsmesse die Möglichkeit, sich als Stammzellenspender bei „**Geben für Leben – Leukämiehilfe Österreich**“ registrieren zu lassen (nur von 17-45 Jahren möglich)!

Bestimmt ist für Sie das ein oder andere Angebot dabei!

FELDBACH

DIE ALTERSGERECHTE STADT



COMMUNITY NURSING
GESUNDHEITSVORSORGE FELDBACH

GESUNDHEITSMESSE
DER STADTGEMEINDE FELDBACH

VORTRÄGE & WORKSHOPS

MITMACHSTATIONEN

INFORMATIONSTÄNDE

**3D-ERLEBNIS
MIT VR-BRILLEN**

Das Programm
zur Gesundheitsmesse

ALLE ANGBOTE sind
für Sie **KOSTENLOS!**

SA., 9. NOV. 2024, 9-18 UHR
Start Up Center, Feldbach
(Franz-Seiner-Gasse 2)



Finanziert von der
Europäischen Union
NextGenerationEU



»» 10:00 UHR – „Rund um die Schwangerschaft“

Ref.: Dr. Sandra Herzog & Hebamme Hannah Ackerl, BSc., Geburtshilfe LKH Oststeiermark, Standort Feldbach

»» 11:00 UHR – „Oft behauptet und trotzdem falsch? Ernährungsmythen aufgedeckt!“

Ref.: Elisabeth Paül, MSc MBA, FH JOANNEUM Institut für Diätologie

»» 12:00 UHR – „Gestärkt durch den Alltag: Ergotherapie!“

Ref.: Stefanie Schwarzl, BSc MA, FH JOANNEUM, Institut für Ergotherapie

»» 13:00 UHR – „Auswirkungen des Krafttrainings in den einzelnen Altersstufen“

Ref.: Mag. Bernd Kropf, Sportwissenschaftler

»» 14:00 UHR – „Psychisch stark! Möglichkeiten das Wohlbefinden zu stärken“

Ref.: Mag. Petra Radkohl & Jasmin Fink, BA MA, GO-ON Suizidprävention Steiermark

»» 15:00 UHR – „Es sind nicht alle Hämorrhoiden!“

Ref.: Univ.-Prof. Dr. Johann Pfeifer, Facharzt für Allgemein- und Viszeralchirurgie

»» 16:00 UHR – „Vorbeugung neurologischer Erkrankungen (Demenz, Schlaganfall, Parkinson)“

Ref.: Prim. Dr. Martin Heine, Abteilungsleiter Neurologie LKH Oststeiermark, Standort Feldbach

SMOOTHIE-BIKE

Radle selbst zum gesunden Drink!

KINDERPROGRAMM

im Familienzentrum

3D-ERLEBNIS

des menschlichen Körpers mit VR-Brillen

»» 09:45 UHR – „Stolperfalle Mensch“

Ref.: Dr. Birgit Pansi, Kuratorium für Verkehrssicherheit

»» 10:45 UHR – „Resilienz ... und warum wir regelmäßig Entspannung brauchen!“

Ref.: Helmut Heißenberger, Dipl. Resilienztrainer

»» 11:45 UHR – „Stark und belastbar für den Alltag – warum Training immer notwendig ist!“

Ref.: Nikolai T. Starmann, BSc., MSc., Sportwissenschaftler

»» 12:45 UHR – „Wie geht es Kindern psychisch erkrankter Eltern?“, Vorstellung des Angebotes „Patenfamilien für Kinder psychisch belasteter Eltern“

Ref.: Mag. Verena Kaiser-Pelzmann & Monika Pscheidl, MA, PSD Feldbach, Hilfswerk Steiermark

»» 13:45 UHR – „Genuss neu entdecken“

Ref.: Laura Maria Hammer BSc., Diätologin

»» 14:45 UHR – „Resilienz ... und warum wir regelmäßig Entspannung brauchen!“

Ref.: Helmut Heißenberger, Dipl. Resilienztrainer

»» 15:45 UHR – „Stark und belastbar für den Alltag – warum Training immer notwendig ist!“

Ref.: Nikolai T. Starmann, BSc., MSc., Sportwissenschaftler

»» 16:45 UHR – „Bewusst-Sicher-Mobil im Auto unterwegs“

Ref.: Dr. Birgit Pansi, Kuratorium für Verkehrssicherheit

»» 11:00 UHR – „Mobilität im Familienalltag“

Ref.: Dr. Anna Maria Maul, Klimabündnis Steiermark
Workshop im Rahmen der Klima- und Energiemodellregion – Wirtschaftsregion mittleres Raabtal

»» Blutdruckmessung & Blutzuckermessung

»» Langzeitzuckermessung, 10:00-14:00 Uhr „HbA1c-Bestimmung“, Wellion – MED TRUST

»» Fitness- und Gesundheitscheck – Starman Training & Massage und ONEBODY Fitness

»» Sehtest – Optik Titz

»» Hörberatung & Hörtest – Neuroth

»» Gestärkt durch den Alltag: Ergotherapie! FH Joanneum, Institut für Ergotherapie

»» Voll verzuckert – unser Essen unter der Lupe! FH Joanneum, Institut für Diätologie

»» Diabetes mellitus – Vorsorge, Risikofaktoren und Co. – Community Nurses

»» Alterssimulationsanzug GERT „Das Älterwerden selbst erleben“ – Community Nurses

»» Erste Hilfe – Rotes Kreuz Feldbach

»» 3D-Erlebniss des menschlichen Körpers mit VR-Brillen – vrei Virtual Reality Business Services

»» Leonhard Apotheke

»» Vulkanland Apotheke

»» Praxis Südost – Physiotherapie und Osteopathie

»» Verein für Männer- & Geschlechterthemen

»» Hilma – Altersgerecht Einrichten

»» Kuratorium für Verkehrssicherheit

»» Psychosoziales Zentrum Feldbach

»» GO-ON Suizidprävention Steiermark

»» COPD-Austria

»» Selbsthilfe Steiermark, 09:00-13:00 Uhr

»» Österreichische Krebshilfe Steiermark, 09:00-14:00 Uhr

»» Geburtshilfe LKH Oststeiermark, Standort Feldbach, 09:00-11:00 Uhr „Rund um die Schwangerschaft“

»» Kinder- und Jugendpsychiatrisches Zentrum

»» Patenfamilien für Kinder psychisch belasteter Eltern

»» Styria vitalis, 10:00-12:00 Uhr „Gesunde Milchzähne von Anfang an“