



GemIN



Amtsblatt der Marktgemeinde Sattledt

Nr. 10/2008



**"Gesunde Gemeinde"
Sattledt**



lädt ein zum

GESUNDHEITSTAG

am 8. November 2008

9 – 17 Uhr

in der Hauptschule Sattledt

Gesundheitsstraße

Vorträge und Vorführungen

Informationen und Ausstellungen

Verlosungen

warme und kalte Speisen und Getränke

Programm:

- 9 - 13 Uhr Start der **Gesundheitsstraße**:
Blutuntersuchung mit Beratung, Fitness- und Psychotest
Bitte Gesundheitspass vom Vorjahr (wenn vorhanden) mitbringen!
- 9.30 Uhr Vortrag und Vorführung Mag. Barbara Schagerl-Müllner,
Sportwissenschaftlerin und UniqaVitalCoach:
„Bewusstes Atmen“
Verlosung eines  VitalCoachGutscheins!
- 10 – 11 Uhr Vortrag MR Dr. Edgar Zauner, FA für Chirurgie:
„Der Darm, ein wichtiges Organ“
- 11.15 Uhr und 15.15 Uhr Rotes Kreuz Vorführung durch Renate Mes:
„Bewegung bis ins Alter“
- 14 – 15 Uhr Vortrag Mag. Martina Lichtenberger,
Ernährungstherapeutin:
„Ernährung für den Darm – worauf kommt es beim Essen an“
- 16 Uhr Vortrag und Vorführung Mag. Barbara Schagerl-Müllner,
UNIQA VitalCoach:
„Starker Rücken“
Verlosung eines  VitalCoachGutscheins!
- Ganztags: Möglichkeit zum Psychocheck mit Bettina Ausserhuber,
Dipl. Lebens- und Sozialberaterin :
„Wie gesundheitsvorsorglich lebe ich?“

Ein begehbares Darmmodell zeigt uns was in ihm steckt.

Nutzen Sie die Informationen und Ausstellungen der zahlreichen Kooperationspartner.

Für Speis und Trank sorgen die Ortsbauernschaft und der Arbeitskreis „Gesunde Gemeinde“.
--