

Gesundheit für Sie

Am 14. und 15. November steht in St. Pölten die Frauengesundheit im Fokus

„Durchatmen und Kraft tanken – Frau in Balance“ lautet das Motto auf der **Gesundheit für Sie**, die von 14. bis 15. November 2025 in St. Pölten stattfindet. Die beliebte Veranstaltung für Frauengesundheit, die bereits zum 22. Mal über die Bühne geht, wird von der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) und Partnern initiiert.

Geboten werden hochkarätige Vorträge und Workshops rund um bewusste Atmung, Entspannung, eine gesunde Lunge und eine starke Stimme. Top-Experte Hans-Peter Hutter beleuchtet, wie sich Feinstaub, Mikroplastik & Co. auf die Frauengesundheit auswirken. Beim Schaukochen stehen Leichtigkeit und Genuss im Vordergrund.

Kostenlose Gesundheits-Checks reichen von Bestimmungen der Blutwerte, Messungen der Körperzusammensetzung über Ganganalysen, Screenings der Halsschlagader (Carotis) und Wirbelsäule bis zu Venenmessungen und zahnärztlichen Beratungen. Abgerundet wird das Programm durch verschiedene Bewegungs- und Entspannungsangebote, etwa Yoga und Kräuteranwendungen. Dass Atmung und Lachen untrennbar verbunden sind, zeigt Kabarettistin Nini Hölzl am Samstag mit ihrem Programm „Samma se ehrlich“.

Gesundheitspartner und Mitveranstalter sind auch heuer wieder: Ärzte-, Apotheker-, Arbeiter- und Wirtschaftskammer Niederösterreich, Österreichischer Gewerkschaftsbund Niederösterreich und das Land Niederösterreich.

Alle Details zum Programm gibt es unter www.gesundheitfuersie.at. Der Eintritt ist frei.

Frauengesundheitsmesse „Gesundheit für Sie“

„Durchatmen und Kraft tanken – Frau in Balance“

Wann: Freitag, 14. November 2025, 13.00 bis 18.00 Uhr,
Samstag, 15. November 2025, 09.00 bis 18.00 Uhr

Wo: WIFI St. Pölten, Mariazeller Straße 97, 3100 St. Pölten

Rückfragehinweis:

Österreichische Gesundheitskasse
presse@oegk.at
www.gesundheitskasse.at