

AKTIVITÄTEN MIT VORANMELDUNG

8.00-8.30 Yoga mit Melanie Leutgeb

8.00-8.45 Morgenwanderung mit
Kräuterplauscherl - Eva
Kollmann

VORTRÄGE IM 1. STOCK

9.30-10.00 „Die Darm-Hirn-Achse“ -
Martina Brunnmayr,
BSc MSc

10.30-11.00 „Cholesterin - Baustein &
Bedrohung zugleich“ -
Dr. Michaela Sallinger

11.30-12.15 „Besser sehen - besser
hören“ - Helmut Hofer/
Fa. Hartlauer

13.00-14.15 „Demenz: erkennen -
verstehen - handeln“ -
Demenzservice NÖ



GESUNDHEITS- TAG

26. April 2025
9-15 Uhr



Veranstaltungshalle
Ernsthofen
Hauptstraße 19
4432 Ernsthofen

Anmeldung für Yoga und
Morgenwanderung am
Gemeindeamt unter
07435/8450-0
(begrenzte Teilnehmerzahl)



GESUNDES
ERNSTHOFEN



26. April 2025

GESUNDHEITS-
TAG
in Ernsthofen



Im Fokus:
Ihre Gesundheit

STATIONEN IN DER HALLE

- Rotes Kreuz - Defibrillator & Blutdruckmessung
- Tagesstätte Ernsthofen
- ÖAMTC - „Promille-Brille“
- Hintermayr Roland - RECOVERIX - Schlaganfalltherapie
- Weiss Karin & Simone- diabet. Fuß
- Stiedl Yvonne - Ergotherapeutin
- Hinterreiter Brigitta - MAT - Mentales - Aktiviertes - Training
- Verein „Bliss & Harmony“
- Demenzservice NÖ
- Kollmann Eva - Räuchern & Wyda
- ProMami - Hebammenhandwerk
- Brunnmayr Martina - Diätologin
- Kimeswenger Anna - Cranio Sacral & Lymphdrainage
- Gschnaidtner Sebastian - Sportphysiotherapie



IN DER HALLE: FITNESSGERÄTE VON



1. Talent Diagnose System – TDS
Wie flink bist du?
Messung von Reaktionsfähigkeit,
Schnelligkeit & Rhythmisierungsfähigkeit
2. My Fitness Trainer – MFT
Alles in Balance ? - Körperstabilitätstest
3. Spinal Mouse
Ihre Wirbelsäule als 3D-Modell
4. Challenge Disc
verschiedene Gleichgewichtsspiele &
Koordinationstraining für Groß & Klein
5. Bioelektrische Impedanz Analyse -BIA
Messung der Körperzusammensetzung

AUF DER BÜHNE: AKTIVSTÄNDE VON



- BEWEGUNG – Slackline-Board
- ERNÄHRUNG – Getreidequiz,
Saisonkalenderquiz etc.
- MENTALE GESUNDHEIT – Rätselsheets

STATIONEN AM ORTSPLATZ

- FF Ernsthofen
- Zivilschutzverband
- Hartlauer Gesundheitsbus:
kostenlose Seh- & Hörtests
- Essen & Getränke

IN DER SCHULKÜCHE

- Kaffee & Kuchen

Das Team der
gesunden
Gemeinde
Ernsthofen freut
sich auf Ihr
Kommen!

