



**GESUNDES
KEMATEN
AN DER YBBS**

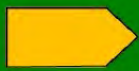


gGR Ilse Beham

Gesundheits **TAG**

Samstag, 21. Sept. 2024

9 - 17 Uhr im Zentrum kem.A[r]T



Fachvorträge



Gesundheitsstraße



Gesunde kulinarische Köstlichkeiten

**Eintritt
frei!**



Gesundheitsstraße

- Caritas
- Rotes Kreuz Waidhofen
- „Tut gut!“ - *Infostand*
- Bioladen - *Roland Langheld*
- Tango Argentino - *Sabine Leeb*
- Thermomix - *Regina Merlinger*
- Pfadfindergruppe - *Sonja Pöchhacker*
- Spirit Center Mostviertel - *Silvia Reitbauer*
- Lungenfacharzt - *Dr. Alexander Lindemeier*
- Schumann 7,83 - mit Naturfrequenzen zu neuer Lebenskraft
- *Anna Hofer & Karl Wurzer*
- Landesklinikum Waidhofen - Selbstbestimmt bis ins hohe Alter
- *Selbsthilfepartnerin Heike Matejka*
- Schmankerlmarkt - *Iris Schratlbauer/Dorfererneuerungsverein Ke.ma.Zaum*
- Dipl. Kinesiologin und CFD-Praktikerin - *Tanja Boszwald*
- Lebensfeste, Frauenkreise - *Rosina Kerschbaumer*
- Naturfreunde Kematen-Sonntagberg - *Markus Haselhofer, M.A.*
- Volkshilfe
- Bio Leinöl - *Arnold Rother*
- Yoga - *Sandra Schwiegk*
- Mehr als nur Möbel - *Siegfried Zeitlhofer*
- Diätologin - *Doris Erbschwendtner-Hürner*
- Pro Mami Amstetten - *Beatrix Cmolik*

Gesunde Verpflegung in der Lounge – 1. Stock

8:00 bis 11:00 Uhr Kleines Frühstück im Stehkafee/Foyer

Kemazaum Dorferneuerungsverein

11:30 bis 14:00 Uhr Vitalbuffet - € 9,90

Gesunde und kulinarische Köstlichkeiten für alle

Kaffee und Kuchenbuffet - € 6,00



Vorträge

09:30 - 10:30 Uhr: Ein Streifzug durch die Lungenheilkunde

Dr. med. univ. Alexander Lindemeier

10:30 - 11:30 Uhr: Selbstbestimmt bis ins hohe Alter

Heike Matejka

- Förderung pflegender Angehöriger

- Erwachsenenvertretung, Betreuungsformen

11:30 - 12:30 Uhr: Ernährung und Darmgesundheit

Doris Erbschwendtner-Hürner

13:30 - 14:30 Uhr: Entscheidungskompetenz: Der Schlüssel zum erfolgreichen Handeln

Natascha Wolf

14:30 - 15:30 Uhr: Zelle gesund - Mensch gesund

Arnold Rother

Yoga Schnupperkurs

10:00 Uhr: im Turnsaal der Volksschule - Teilnahme gratis!

Sandra Schwiegk

Ich freue mich auf Ihren Besuch !

Handwritten signature of Ilse Beham.

gGR Ilse Beham