

Weitere Aktivitäten Parkettbereich Festsaal

Vorführung - TAI JI

Samstag 17:00 Uhr und
Sonntag 11:00 Uhr

Gerlinde und Leold
Bürbaumer

Die langsamen, fließenden Bewegungen des Taijiquan sind für die Menschen aller Altersstufen geeignet und führen zu einer tiefen inneren Ruhe und Gelassenheit. Es hilft uns Beweglichkeit, Wohlbefinden und Lebenskraft bis ins hohe Alter zu erhalten. Wir laden ein uns zu beobachten oder mitzumachen!

ROTE NASEN LAUF



Samstag 14:00 bis 16:00 Uhr
Start und Ziel beim Meierhof

Anmeldung bis Freitag 12.4. 12:00 Uhr online auf www.rotenasenlauf.at oder mittels Teilnahmeformular. Das Formular steht auf www.seitenstetten.gv.at zum Downloaden bereit. Ausgefüllte Formulare vorab an die Gemeinde senden oder beim Start abgeben. Eine Anmeldung ist auch unmittelbar beim Start möglich.

Die Startspende beträgt:
Kinder bis 5 Jahre: gratis
Kinder und Jugendliche (6 bis 18 Jahre): ab 4 Euro
Erwachsene (ab 18 Jahre): ab 9 Euro
Familien ab 1 Kind: ab 18 Euro

Bring mit Spaß beim Laufen - Spaß mit den Clowndoktoren
in die Krankenzimmer!



**Erfrischungen und
Gesundes Essen gehören dazu!**

Landgasthaus Stiftsmeierhof

Gesundheit ist ein wichtiges Gut für jeden Menschen -
Gesund und geschmackvoll Essen ist daher die richtige Verbindung -
Wir laden die BesucherInnen der Gesundheitstage 2018 herzlich ein,
in den beiden Gaststuben etwas für ihre Gesundheit zu tun.

Apfel- oder Birnenstube

Wer eine geschmackvolle gesunde Hauptmahlzeit, einen gesunden
Fitnessstelle oder Kaffee und Kuchen sucht, der ist gerne auch in
unseren Gasträumen eingeladen. Unserer Koch hat einige Genussstücke
mit dem Fokus Gesundheit vorbereitet.

Eröffnung der Gesundheitstage Samstag, 14. April 11:00 Uhr

durch Bürgermeister Johann Spreitzer
im Ausstellerraum
(Festsaal des Stiftsmeierhof Seitenstetten)

Liebe interessierte BesucherInnen!

Wir freuen uns über Ihre aktive Teilnahme an unseren
Gesundheitstagen. Wir danken allen Personen die
Ausstellen und Vortragenden für ihre Beiträge und den
BesucherInnen für ihr Interesse im Sinne ihrer eigenen
Gesundheit!

Bgm. Johann Spreitzer und
GfGR Alois Schlager

Die Seitenstettner Gesundheitstage stehen unter der fachlichen
Patronanz von Gemeindearzt Dr. Ernst Derfler.

Kräuterwanderung und Vorträge

mit Frau
KAROLINE
POSTLMAYR



Samstag 16:30 Uhr und
Sonntag 11:00 Uhr

Kräutervortrag
im Vortragssaal

Sonntag 14:00 Uhr

Kräuterwanderung
Treffpunkt beim Stand L11

Bei der Kräuterwanderung entdecken wir die köstlichen Aprikräuter rund um den
Meierhof des Stiftes Seitenstetten. Dabei gibt es viele Tipps zur Anwendung und
Verarbeitung. Anschließend Kräuterverkostung am Stand L11.

Impressum: Gemeinde Seitenstetten, Steyrer Straße 1, 3353 Seitenstetten.
Für den Inhalt verantwortlich GfGR Alois Schlager, Trefflinggasse 2/6, 3353 Seitenstetten
Die Gemeinde Seitenstetten ist Mitglied der Initiative „Tutgut“ und arbeitet damit aktiv an den
Zielsetzungen der Initiative zugunsten der Gesundheit der BürgerInnen mit.

Gesundheitstage 2018
der Gemeinde Seitenstetten



G'sund is g'scheit - nimm dir Zeit!

Ausstellung
Vorträge

Eintritt frei

14. und 15.
April
2018



Sa 11-18 Uhr
So 9-16 Uhr

Stiftsmeierhof
Seitenstetten



Vorträge

Samstag, 14. April 2018

12:00 Uhr

Diätologin Martina Heigl, BSc

„G'sunde Ernährung mit Genuss!“

13:00 Uhr

Constanze Schmid, Franz Schippany PSD der Caritas

„Depression kann jeden treffen!“

Triologischer Vortrag mit Betreuer, Experten und Betroffenen vorgebracht!

14:00 Uhr

Kein Vortrag, da parallel der „ROTE NASEN LAUF“ stattfindet.

Wir laden zum Mitmachen ein!

15:00 Uhr

Kein Vortrag, da parallel der „ROTE NASEN LAUF“ stattfindet.

Wir laden zum Mitmachen ein!

16:30 Uhr

Frau Karoline POSTLMAYR

„Fit duch den Frühling mit Bitter- und Entschlackungskräuter
- Viele einfache Hausmittel bis unter die Haut“

Sonntag, 15. April 2018

11:00 Uhr

Frau Karoline POSTLMAYR

„Fit duch den Frühling mit Bitter- und Entschlackungskräuter
- Viele einfache Hausmittel bis unter die Haut“

13:00 Uhr

Frau Elke Rösen

„RESILIENZ - Die eigene Widerstandfähigkeit (er)leben!“

14:00 Uhr

Kein Vortrag, da parallel die KRÄUTERWANDERUNG startet!

Wir laden zum Mitmachen ein!

15:00 Uhr

Frau Carina Maria Schmid

Mey Chair System - Ergonomisch Sitzen - Innovative
Arbeitsstühle

Ausstellerstände

Festsaal - links

ÜBERBLICK ZUM GESUNDHEITSTAG

Stand - L1

Gesundheitsausschuss, Tut gut

Gesundheitspass sowie Folder, Informationen über Tut Gut im Land NÖ, Infos und
Einladung zum Bürgerforum 17. April und 3. PRAEVENIRE Gesundheitsforum

HSSG-Selbsthilfe

Stand - L2

Franz Shippany

Informationen aus Selbsthilfeorganisation bei psychischen Erkrankungen

HAUTNAH AN DER NATUR

Stand - L3

Sabine Hochpöchler

Sorgfältig ausgesuchte Genuss- & Lifestyle-Produkte direkt vom Produzenten

JI JIAN VEREIN

Stand - L4

Gerlinde und Leopold Bürbaumer

Probieren Sie was möglich ist.

>> Einladung zum Mitmachen am 14.4. 17:00 Uhr und 15.4. 11:00 Uhr <<

MASSAGE und ENERGETIK

Stand - L5

Manfred Fink

Energetische Schlafplatzentstörung gegen Erdstrahlen, Kinesiologie

>> Erstbeurteilung aus der Ferne - kostenlos <<

MORINDA BERATUNG

Stand - L6

Irene Gartlehner

Beratung und Verkostung von Morina/Noni-Produkten

>> Messung des Biologischen Alters <<

NATÜRLICH GESUND

Stand - L7

Carina Maria Schmid

Aloe Vera Produkte für Mensch und Tier. Ergonomische MEY Arbeitsstühle

SMOK & SOUL

Stand - L8

Claudia & Manfred Breinesberger

Wohlfühl-Düfte, Räucher - Stöfchen, Energetiker

CHEMIEFREIE REINIGUNG

Stand - L9

Verena Krieger

Chemiefreie Reinigung einfach nur mit Faser & Wasser

LEISTUNGSSCHAU und GESUNDHEITS-CHECK

Stand - L10

NÖ Hilfswerk - Amstetten-Sozialstation

Informationen und Angebote des NÖ Hilfswerks in ihr Volkshilfe NÖ

>> GESUNDHEITSTATION für Blutdruck- und Körperfettmessung <<

KAROLINES KRÄUTERSCHATZL

Stand - L11

Karoline Postlmayr

Wildkräuter, Hausmittel Tipps und Bücher zum Thema - damit man sich rundherum
gut fühlt.

Treffpunkt zur Kräuterwanderung. Sonntag um 14:00 Uhr!

Ausstellerstände

Festsaal - rechts

LEISTUNGSSCHAU und DEMENZ VORBEUGUNG

Stand - R1

PSD der Caritas

Allgemeine Informationen der Caritas und zur Vorbeugung Demenz

WIR VORSORGEN SIE

Stand - R2

NÖ Gebietskrankenkasse

Informationen, Auskünfte und Beratung der NÖGKK

LANGE VITAL LEBEN

Stand - R3

Andrea Fuchs

Eine regelmäßige Entgiftung ist die Basis für körperliche Reinheit

WOHNRAUMKLIMA

Stand - R4

Elisabeth Holzweber

Hyla - Luft und Raumhygienesystem - Gesundheit - Lebensqualität

WOHLBEFINDEN mit dem GEHEIMNIS der „FRISCHE“

Stand - R5

Sonja Hinterleitner

Mit Rigana frisch & vital durch die Jahreszeiten - Beauty - Lifestyle & Gesundheit

CRANIAL FLUID DYNAMICS

Stand - R6

Roswitha Brandstetter und Elke Rösen

Roswitha Brandstetter > Craniosacrale Körperarbeit, Kinesiologie

Elke Rösen > Resilienzstärkung

LEISTUNGSSCHAU und GESUNDHEITS-CHECK

Stand - R7

Volkshilfe NÖ

Informationen und Angebote der Volkshilfe NÖ

>> GESUNDHEITSTATION für Blutzucker- und Cholesterinmessung <<

TWS-S WASSERVEREDELUNG

Stand - R8

Gerhard Arbesser

Reines Wasser für Ihr Wohlbefinden. In der Minderung liegt die Mehrung!

ELEKTROMOBILE- und ELEKTROFAHRRÄDER

Stand - R09

Schachner GmbH

Elektrofahrräder erleichtern das Leben und unterstützen in Phasen gesundheitlicher Probleme.

SMOVEY - EINFACH BEWEGEN

Stand - R11

Franziska & Johann Tremesberger

SMOVEYS begeistern Jung und Alt. Die Fitness-Ringe sind für jede Altersstufe
geeignet und bewirken ein sanftes und effizientes Ganzkörpertraining.

YOUNG LIVING Ätherische Öle

Stand - R12

Margit Seierlehner

Riechen--- neue Naturkosmetik SAVVY Minerals testen--- Zytomessung

ENERGETIK

Stand - R13

Sylvia Wagner

Informieren Sie sich über Energitik und dem Nutzen für Sie!

MFT-CHALLENGE DISK

Stand - R14

Sozialversicherung der Bauern

Testen Sie Ihre Koordination, Reaktion, Stabilität und Balance