

Raiffeisen
Gunskirchen



MARKTGEMEINDE

OFFENHAUSEN

Nach mit, bleib

**g'sund
& fit**



PARTNERGEMEINDEN:



Aichkirchen



Bachmanning



Neukirchen



Pennewang

Sa, 29. März 2025

10:00 - 16:30 Uhr

im Sägewerk Offenhausen

DIE GESUNDE GEMEINDE OFFENHAUSEN
LÄDT EIN ZUM GESUNDHEITSTAG

Nach mit, bleib
g'sund
& fit



Aussteller:

FH Gesundheitsberufe OÖ

Hartlauer

Rotes Kreuz Lambach

Pfarrbücherei

Gudrun Mildner

Fitness-Studio ANYTIME

Astrid Steinbichler

Magdalena Raab

Daniela Kepplinger

Ingrid Wimmer

Gabriele Stadlhuber

Jugendinfostand mit Barfußbar

OLYMPIADE mit Teilnahmepass für Kinder

TEAM TALENTE

Thema:

Reanimationsübung, Blutdruck- und Blutzucker-
messung, Test-Kits Stammzellenregistrierung
Rauschbrillen, Händehygiene

Seh- & Hörtest

Präsentation eines Einsatzfahrzeuges, Rufhilfe,
Erste Hilfe Maßnahmen, Defi Handhabung

Bücher zum Thema Gesundheit

Pflegeberatung und Pflegegeldbegleitung

Infostand, praktische Übungen

Massage, Lymphdrainage, Fußreflexzonenmassage

Heilmasseurin

Touch for Health / Kinesiologie

Ärztl. geprüfte Betriebs- und Berufsaromatologin

Haare- und Seelenfriseurin

12-16 Uhr alkoholfreie Mixgetränke
Jugend-Infostand mit Quiz

GESUNDE JAUSE MIT REZEPTPFLÜCKSTRASSE



PROGRAMMPUNKTE:

Nach mit, bleib
**g'sund
& fit**



10.00 Eröffnung durch Bürgermeisterin Martina Schmuckermayer
und Gemeindevorstand Manfred Zaunbauer

Aussteller & Impulsvortrag:

- 10.10 Lisa-Maria Herceg, BSc / Diätologin
10.40 Simone Hubinger / Neuromentaltrainerin, Therapeutin
11.00 Proges Frauengesundheitszentrum
11.30 Beate Mentès / Physiotherapeutin
11.50 Zeitbank+, Doris Mang MSc
12.20 Monika Traunwieser / Mentorin f. Genialität u. Leichtigkeit
12.40 Birgit Stritzinger / Physiotherapeutin
13.00 Cornelia Haidinger / ÖGK
13.40 Maria Rosenauer / Yoga-Lehrerin, Energetikerin
- 14.00 Dr. Karin Rahman / Sonnenapotheke
14.30 Dr. Othmar Wregg / Praktischer Arzt
14.50 Ursula Asanger / Fußpflege & Kosmetik
15.10 Barbara Walter / Qi Gong & Tai Ji Lehrerin
- 15.30 Simone Hubinger / Neuromentaltrainerin, Therapeutin
15.50 Beate Mentès / Physiotherapeutin
16.10 Mag. Norbert Rainer / Klimabündnis OÖ
- 16.30 Isabella Woldrich



Thema:

Appetit auf's Leben! - Essen für Leib und Seele
Neuromentaltraining
Mentale Gesundheit - Entdecke deine Kraftquellen
Mikrobiom Darm
Zeitbank für eine lebenswerte Zeit
Wie wichtig ist dein Mindset für dein Leben?
Tapen
Sturzprävention
**Willst du deinen Körper heilen, so musst du
zuerst deine Seele heilen.**
Gesundheit
Vorsorgeimpfungen, Impfberatung
Fuß- und Hautgesundheit
Tuina Massage, Qi Gong, Tai Ji: Erklärung,
Wirkung, Mitmachübungen
Power Point Therapie
Viszerale Therapie/Cranio
Überreichung und Vorstellung
„Klimafreundliche Gemeinde“

Kabarett:

„Alt genug um gesund zu bleiben!“



MARKTGEMEINDE

OFFENHAUSEN

*Nach mit, bleib
g'sund
& fit*

KABARETT

ISABELLA WOLDRICH



Presented by

**Raiffeisen
Gunskirchen**



Alt genug, um gesund zu bleiben!

Das Leben ist wie Fahrradfahren –
um die Balance zu halten, musst du in Bewegung bleiben!

Aber wie gelingt es, geistig in Bewegung zu bleiben, sich
Lebensfreude, Neugierde und Vitalität zu erhalten?

Wie bewahren manche Menschen auch in den düstersten Zeiten ihre
gute Laune während andere immer ein Haar in der Suppe finden?

Isabella Woldrich liefert auf ihre charmante, tiefgründig-heitere Art wertvolle
Gedanken, wie man gesund und gestärkt den neuen Zeiten entgegen
gehen kann.

Beginn: 16:30 Uhr

**Eintritt: Freiwillige Spende
im Sägewerk Offenhausen**