

Lebensfreude

Sozial- und Gesundheitstage on Tour

Althofen 2024

powered by



hilfswerk-ktn.at



Eine Veranstaltung von **Hilfswerk Kärnten** und der **Stadt Althofen**
in Zusammenarbeit mit
Kärntner Gesundheits-, Sport- und Messeservice,
Gesundheitszentrum Kärnten.

Medizinische Leitung:

Gesundheitskompetenzentrum/Gesundheitstage Kärnten

www.gesundheitstage-kaernten.at

Tel. 0664/3279062



**Kronen
Zeitung**



Lebensfreude

Sozial- und Gesundheitstage on Tour

Althofen 2024

powered by



hilfswerk-ktn.at



Eintritt frei!

Fr. 20. September 2024
Kulturhaus Althofen

Fr. 8.30–19.00 Uhr

mit großer Ausstellung

www.gesundheitstage-kaernten.at

Vortragsprogramm



Sehr geehrte Damen und Herren, werte GemeindebürgerInnen!

Es freut mich sehr, dass die Sozial- und Gesundheitstage on Tour 2024 auch in diesem Jahr in Althofen Halt machen. Sie haben im Kulturhaus Althofen am 20. September 2024 die einzigartige Möglichkeit, sich mit wichtigen, gesundheitsbezogenen Themen intensiver auseinanderzusetzen. Interessante Vorträge geben Aufschluss über Krankheiten und Rekonvaleszenz; Wissenswertes unter anderem zu den Themen Hanf als Gesundheitsmittel, Zellentgiftung, Hüftgelenkersatz und vieles mehr steht auf der Agenda. Interessierte können einen Gesundheitscheck durch geschultes Fachpersonal mit medizinischem Equipment direkt vor Ort durchführen lassen.

Ich lade Sie recht herzlich ein, dieses umfangreich vorhandene Angebot zu nutzen und sich ausreichende Informationen zu den Präventionsmaßnahmen für Ihre Gesundheitsbewusstseinsbildung einzuholen!

Bleiben Sie gesund!
**Ihr Bürgermeister
Dr. Walter Zemrosser**

VORWORT

Freitag, 20. September 2024

8.30-18.00 Uhr:

Gesundheitstests und Ausstellung

9.00 Uhr: Eröffnung durch Bürgermeister Dr. Walter Zemrosser und Gesundheitsstadtrat Mag. Klaus Trampitsch

9.45 Uhr: Arbeitsmarktservice Kärnten, Ausstellung und Vortrag, Deine Wege nach der 4. Klasse

11.00 Uhr: Mag.^a Eva Maria Adlmann, Leiterin Suchtprävention Land Kärnten, „Ready for life & look at your friends“ Suchtprävention für junge Menschen

- **Probiere den Alterssimulationsanzug**
- **Defibrillator Vorführung, rette ein Leben!**
- **Blutspendebus Rotes Kreuz**

13.00 Uhr: Ulrike Herzig, Kneippbotschafterin, Dozentin der Ö. Kneipp Akademie, Tägliches Training zur Stärkung unseres Immunsystems

14.00 Uhr: Dr. Andreas Köck, Hemma Marketing Gurk, Vortrag und Ausstellung, Hanf als Gesundheitsmittel

15.00 Uhr: Chiara Pick, Physiotherapeutin, Feldkirchen, Arthrose – trotzdem aktiv

16.00 Uhr: Heidi Höfferer, Gesundheitsreferentin Klagenfurt, Zellentgiftung – Zellgesundheit

17.00 Uhr: Dr. med. Heinz Freithofnig, Klagenfurt, Hüftgelenkersatz und aktuelle Trends der Knieendoprothetik

18.00 Uhr: Beate Wuggenig, Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin, Marion Amtmann, OTA, Feldkirchen, Die Kraft von Omega 3 Fettsäuren



Gesundheitstests:

Fr. 8.30-18.00 Uhr

Blutdruck- und Blutzuckermessung, Alterssimulationsanzug (Hilfswerk Kärnten), Sehtest (Pearle Optik Althofen), Hörtest (Hörtechnik Passiel Althofen), Cholesterinmessung (Salvator-Apotheke Althofen), Gefäßmessung (Karl-Heinz Trolf, Menschenwerkstatt)



Sehr geehrte Damen und Herren!

Als Gesundheitsreferent freue ich mich, dass die Sozial- und Gesundheitstage on Tour 2024 in Althofen stattfinden und somit allen Althofenerinnen und Althofenern, sowie allen Besucherinnen und Besuchern, die Möglichkeit bieten, vor Ort wertvolle Informationen, Tipps und Anregungen zur Gesundheitsförderung zu erhalten. Nutzen Sie daher diese Veranstaltung im Kulturhaus als Gelegenheit, Ihr Gesundheitsbewusstsein zu stärken. Erfahrene Fachkräfte aus dem Gesundheitsbereich stehen Ihnen für Fragen rund um Suchtprävention, Immunsystem, Arthrose und viele weitere Themen zur Verfügung. Darüber hinaus haben Sie die Möglichkeit, vor Ort Ihre Gesundheit testen zu lassen, etwa durch Hör- und Sehtests sowie Cholesterin- und Gefäßmessungen.

Ein besonderes Highlight ist der Alterssimulationsanzug, den Sie ausprobieren können. Er wird Ihnen eindrücklich zeigen, wie sich Ihr Körper und Ihre Beweglichkeit im Alter anfühlen könnten.

In unserem hektischen Alltag, der oft von Stress und belastenden Themen geprägt ist, nehmen wir unsere Gesundheit leider viel zu oft auf die leichte Schulter. Nutzen Sie dieses großartige Informationsangebot und widmen Sie sich unserem wertvollsten Gut – der Gesundheit!

Mit besten Grüßen,
**Ihr Gesundheitsreferent
StR Mag. Klaus Trampitsch**

VORWORT