

AUSSTELLERINNEN

- >> A-HA EFFEKTE – Alexandra Mair, Ernährungsberaterin
- >> Alkoholberatung OÖ
- >> Bandagist Heindl, Gmunden
- >> Bela Aqua
- >> Budo Center Gmunden – Ronny Kilian
- >> Community Nursing, Altmünster & Traunkirchen
- >> Dr. med. univ. Darwesch Bekas, FA für Innere Medizin & Kardiologie
- >> Prim. Priv. Doz. Dr. Heinrich Elmar, FA für Urologie & Andrologie
- >> Feelgood Traunsee
- >> FOTOSHOP Traunsee
- >> Gabbert Gerlinde & Pierer-Laherstorfer Brigitte, Kinesiologie & Lerncoaching
- >> Gesunde Gemeinde, Altmünster & Traunkirchen
- >> Gesundheitswerkstatt
- >> Gesundheitszentrum Gino
- >> Gewaltfreie Kommunikation Österreich
- >> Goldhauben Traunkirchen
- >> Gordon Training Österreich
- >> Johannes bewegt
- >> Kerngesund am See
- >> MAS Alzheimerhilfe
- >> Nährwerk
- >> Neudorfer Irene, MSc., Gesundheitspsychologin
- >> Neuroth
- >> OÖ Herzverband, Herzgruppe Gmunden
- >> Pilz Andrea, Sanfte Körperarbeit für tiefe Entspannung
- >> Rotes Kreuz Gmunden
- >> SeelenTON
- >> SH.UH am Traunsee
- >> S’Kraft Platzl
- >> Stadtapotheke Altmünster Sozialversicherung der Selbständigen – SVS
- >> Tinzl Optik, Altmünster
- >> Wolfsgruber Vanessa, Gesundheitstraining und Stressbalance
- >> Zeitbankplus, Altmünster

Community Nursing Altmünster & Traunkirchen

Community Nurses: DGKP Tanja Gattinger & DGKP Rebecca Schachinger
Telefon: +43 664/84 84 527 oder +43 664/84 84 526
Mail: cn@altmuenster.ooe.gv.at



MIT MEDIZINKABARETT
14:00 Uhr – Peter & Tekal

GESUNDHEITSTAG

FIT & VORSORGLICH – SCHAU AUF DI

8. Mai 2026 | 13:30 - 18:30 Uhr
ABZ Salzkammergut | Pichlhofstr. 62, 4813 Altmünster



PROGRAMM

GESUNDHEITSSTRASSE

- Optik Tinzl – Schnellsehtest, Tränenfilmanalyse
- Fa. Neuroth – Schnellhörtest, Hörberatung
- Gesundheitszentrum Gino – Koordinationstest, Balanceboard
- SVS – BIA-Messung
- Kerngesund – Bodyanalyse
- Stadtapotheke – Gesundheitsbar (gesunde Smoothies & Drinks)

FOTOBOX ON TOUR

Mit persönlichem Foto zum Mitnehmen

VORTRÄGE (Erdgeschoß, 1. Tür rechts nach Eingang)

14:45 – „**Psychische Gesundheit: stärken, schützen und vorbeugen**“

Irene Neudorfer, MSc, Gesundheitspsychologin

15:30 – „**Von tief innen bestärkt – starker Beckenboden – Halt für den**

Alltag“, Physiotherapeutin Katrin Kern

16:15 – „**Vorsorge, Prävention – Ein gesundes Herz im Alter**“

Dr.med.univ. Bekas Darwesch

17:00 – „**Urologie – Vorsorge nicht nur für den Mann**“

Prim.Priv.Doiz.Dr.med. Elmar Heinrich, FEBU

17:45 – „**Die 10 Gebote der Ernährung**“

Ernährungstrainerin Alexandra Mair

BÜHNE

13:30 Offizielle Eröffnung

durch ABZ-Direktorin Prof. Mag. Elke Haitzinger, MSc.,
Bürgermeister Altmünster DI Martin Pelzer, BEd &
Bürgermeister Traunkirchen Ing. Christoph Schragl, MSc.

14:00 Medizinkabarett mit Peter & Tekal

15:00 „HIIT the Beat“ Alexandra Mair

16:00 „Shaolin Kempo“ Ronny Kilian

17:00 „Relax & Move“ mit Vanessa

18:15 Gewinnspiel

WORKSHOPS

- Rotes Kreuz Gmunden: Reanimation und Defi
- Seelenton: Schwingungen erleben (Klangschale, Stimmgabel)
- Lerncoaching/Kinesiologie: Touch for Health, Hyperton X, Brain Gym
- Community Nurses: Alterssimulationsanzug
- Andrea Pilz: Holistic Pulsing
- Alkoholberatung OÖ: Rauschbrille-Parcours
- Nährwerk: Zuckerquiz

Eintritt frei

Fotobox

Snacks vor Ort

Gewinnspiel