

Zum Geleit



Liebe
Perchtoldsdorferinnen
und Perchtoldsdorfer!



Sie halten das neue Gesundheitsprogramm in Händen - herzlichen Dank für Ihr großes Interesse!

Dass Jahr für Jahr etwa 1.200 Interessierte an unseren Veranstaltungen teilnehmen, bestätigt uns einerseits, unserem Weg als Gesundheits-Organisation in Perchtoldsdorf treu zu bleiben.

Andererseits leiten wir daraus den Auftrag ab, uns auch weiterhin um Sie zu bemühen.

So kann die Interessensgemeinschaft **Gesundes Perchtoldsdorf** auch diesen Herbst wieder ein umfangreiches Programm mit Gesundheitsvorträgen aber auch Kursen und Bewegungsveranstaltungen präsentieren. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!!

Wir wünschen Ihnen weiterhin ein gesundes Jahr 2014!

Dr. med.
Manuel Langer
Obmann

Mag. pharm.
Wolfgang Stindl
Obmann-Stellvertreter

In Zusammenarbeit und mit Unterstützung der Marktgemeinde Perchtoldsdorf ist es der „Interessensgemeinschaft Gesundes Perchtoldsdorf“ - IGP gelungen, ein breites und vielseitiges „Gesundheitsprogramm“ zusammenzustellen.



Diese Initiativen und Aktivitäten wenden sich an alle Perchtoldsdorferinnen und Perchtoldsdorfer, um einen wirksamen Beitrag zu Fitness und Gesundheitsbewusstsein zu leisten.

Nutzen Sie das vielseitige Informations- und Mitmachangebot!

Martin Schuster
Bürgermeister



Gesundes Perchtoldsdorf

PROGRAMM:

September 2014 - Jänner 2015

Alle Aktivitäten wurden von der
**INTERESSENSGEMEINSCHAFT
GESUNDES PERCHTOLDSORF**

www.gesundes-pdorf.at
von Ärzten und Apothekern geplant
und ausgearbeitet.

Die Teilnahme an den Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr und Haftung. Soweit nicht anders angegeben, ist die Teilnahme an den Veranstaltungen kostenlos.

KINDER-NOTFÄLLE TEIL 1 und KINDER-NOTFÄLLE TEIL 2

Dr. med. Dagmar Fedra-Machacek
Ärztin für Allgemeinmedizin
Dr. med. Manuel Langer
Facharzt für Kinder- und Jugendheilkunde



Hustenanfälle, Fieberträume und starke Ohrschmerzen gehören genauso zum Alltag mit Kindern, wie leider manchmal auch Platzwunden und Stürze, Verbrennungen oder allergische Reaktionen.



Der Teil 1 der „Kindernotfälle“ wird als Vortrag mit viel Platz für Fragen veranstaltet.

Der Teil 2 dieses Kurses hat den Schwerpunkt in praktischen Übungen in Kleingruppen: Verbandversorgung bis hin zu lebensrettenden Sofortmaßnahmen.

Bitte um Voranmeldung in der Augustinus Apotheke.

Wann: **Mittwoch 24. September und 1. Oktober 2014 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**
Kosten: **10,- pro Person; Teilnehmerzahl begrenzt**

Anmeldung nur gültig durch Bezahlung bis spätestens 22. September 2014 in der Augustinus Apotheke.

Herbst 2014

RÜCKENSCHULE

Astrid Merl BSc
Physiotherapeutin



Die Wirbelsäule ist das Zentrum unseres Bewegungsapparates. Die Prävention von Rückenbeschwerden durch regelmäßige, gezielte Wirbelsäulengymnastik ist daher besonders wichtig. Ziel des Kurses ist es, ein Basisprogramm zu erlernen, das zu Hause fortgesetzt werden kann.

Bitte um Voranmeldung in der Augustinus Apotheke.

Wann: **Dienstag 7., 14., 21., 28. Oktober, 4. und 11. November | 17-18 Uhr**
Wo: **Kulturzentrum Turnsaal**
Kosten: **40,- pro Person; Teilnehmerzahl begrenzt**

Anmeldung nur gültig durch Bezahlung bis spätestens 26. September 2014 in der Augustinus Apotheke.

FIT UND GESUND DURCH DEN WINTER - WIE SIE GUT DURCH DIE KALTE JAHRESZEIT KOMMEN

Dr. med. Katharina Felsner
Dr. med. Susanne Witkowski
Ärztinnen für Allgemeinmedizin
Mag. Yvonne Heckl
Pharmazeutin



Wie können Sie ihr Immunsystem stärken?

Wir möchten Ihnen an diesem Abend viele Informationen und Tipps geben, damit Sie gut gerüstet durch die kalte Jahreszeit und über den Winter kommen.

Wann: **Mittwoch 8. Oktober 2014 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**



Gesundes Perchtoldsdorf

MUNDHYGIENE / PFLEGE DER EIGENEN ZÄHNE & DES ZAHNERSATZES

Univ. Ass. Dr. med. Hubertus Schindler
Facharzt für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde



Wie oft reinigen, wie macht man das am besten bei den eigenen Zähnen, aber auch bei Implantaten, Brücken, Kronen und Prothesen. Was tun bei einer Zahnfleischentzündung / Parodontitis?

Wann: **Mittwoch 15. Okt. 2014 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

HNO ERKRANKUNGEN - WANN SOLLTE MAN ZUM ARZT?

Univ. Prof. Dr. med. Andreas Temmel
Facharzt für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde



Jeder hat schon einen Schnupfen, Halskratzen oder ein „verschlagenes Ohr“ gehabt - nicht alle Symptome im Kopf-Hals-Bereich sind jedoch harmlos. Die Grenzen der Selbstmedikation und der Notwendigkeit einen Arzt aufzusuchen werden dargestellt.

Wann: **Mittwoch 22. Okt. 2014 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

KNIE KAPUTT, WAS NUN?

OA Dr. med. Christoph Müller
Facharzt für Orthopädie



Das Kniegelenk ist das am häufigsten von Verletzung und Abnutzung betroffene Gelenk! Die neue Generation von Knieprothesen erlaubt eine noch individuellere Anpassung an den einzelnen Patienten! Dadurch können die Funktion verbessert und die Schmerzen verringert werden!

Wann: **Mittwoch 29. Okt. 2014 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

Faxanmeldung 01 / 866 83 133

Absender:

Wohnort:

Telefon/Fax/E-Mail:

Achtung: Bei einigen Veranstaltungen gibt es eine beschränkte Teilnehmerzahl. Daher ist es unbedingt notwendig, sich bei diesen vorab anzumelden! Wenn nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen im Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof statt.

☐ KINDER-NOTFÄLLE TEIL 1 u. KINDER-NOTFÄLLE TEIL 2
Dr. Fedra-Machacek, Dr. Langer; 24.9. und 1.10.2014, 19 Uhr
Kosten € 10,-; Anmeldung bis 22.9.2014

☐ RÜCKENSCHULE
A. Merl BSc; 7., 14., 21., 28.10., 4., 11.11.2014
17-18 Uhr – Kulturzentrum Tumsaal – Kosten € 40,-
Anmeldung bis 26.9.2014

☐ FIT UND GESUND DURCH DEN WINTER –
WIE SIE GUT DURCH DIE KALTE JAHRESZEIT KOMMEN
Dr. Felsner, Dr. Witkowski, Mag. Heckl; 8.10.2014 – 19 Uhr

☐ MUNDHYGIENE / PFLEGE DER ZÄHNE & DES ZAHNERSATZES
Dr. Schindler; 15.10.2014 – 19 Uhr

☐ HNO ERKRANKUNGEN - WANN SOLLTE MAN ZUM ARZT?
Dr. Temmel; 22.10.2014 – 19 Uhr

☐ KNIE KAPUTT, WAS NUN?
Dr. Müller; 29.10.2014 – 19 Uhr

☐ BLUTHOCHDRUCK
Dr. Huber; 5.11.2014 – 19 Uhr

☐ HNO-INFektionen IM KINDESALTER, WAS TUN?
Dr. Braunegg, Dr. Schmid-Weigl; 12.11.2014 – 19 Uhr

☐ STEINREICH
Dr. Wehrberger; 19.11.2014 – 19 Uhr

☐ HERZ - PUMPE DES LEBENS!
Dr. Beran; 26.11.2014 – 19 Uhr

☐ OSTEOPOROSE
Dr. Wögerbauer; 3.12.2014 – 19 Uhr

☐ ERWEITERN SIE IHRE MÖGLICHKEITEN
Dr. Neumann; 10.12.2014 – 19 Uhr

☐ FASZINATION CHIRURGIE
Dr. Haunold; 14.01.2015 – 19 Uhr

Datum:

Unterschrift:

ANMELDUNG

Marktgemeinde Perchtoldsdorf, 2380 Perchtoldsdorf, Marktplatz 11,
Frau Birgit Distel, Tel.: 01 866 83-120, Fax: 01 866 83-133
E-mail: gesundheits@perchtoldsdorf.at

Herbst 2014

BLUTHOCHDRUCK

Priv.-Doz.Dr. med. Joakim Huber
Facharzt für Innere Medizin



Welche Risikofaktoren und Ursachen gibt es? Ab wann ist ein erhöhter Blutdruck schädlich? Was ist bei der Therapie zu beachten?

Wann: **Mittwoch 5. Nov. 2014 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

HNO-INFektionen IM KINDESALTER, WAS TUN?

Dr. med. Monika Braunegg
Dr. med. Ines Schmid-Weigl

Fachärztinnen für Hals-, Nasen- u. Ohrenheilkunde



Mein Kind hat Dauerschnupfen, häufige Halsentzündungen und hört schlecht. Ist Halsweh immer eine Angina? Wann ist eine Mandeloperation wirklich notwendig? Was sind Polypen und wann muss hier operiert werden?

Wann: **Mittwoch 12. Nov. 2014 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**



STEINREICH?

Dr. med. Clemens Wehrberger
Facharzt für Urologie



Wann Nierensteine behandelt werden müssen und wie man sie verhindern kann.

Wann: **Mittwoch 19. Nov. 2014 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

„Wir unterstützen mit Leidenschaft“

Raiffeisen
Regionalbank Mödling



Meine Bank in Perchtoldsdorf

Gesundes Perchtoldsdorf

HERZ - PUMPE DES LEBENS!

Dr. med. Gilbert Beran
Facharzt für Innere Medizin / Kardiologie



Wie Sie Ihr Herz lange fit und gesund halten.

Wann: **Mittwoch 26. Nov. 2014 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

OSTEOPOROSE

Dr. med. Thomas Wögerbauer
Facharzt für Innere Medizin



Wie können wir den Knochen stärken? - die neuesten Therapiekonzepte.

Wann: **Mittwoch 3. Dez. 2014 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

ERWEITERN SIE IHRE MÖGLICHKEITEN

Dr. Karin Neumann
Dr. der Psychotherapiewissenschaften



Unbewusste Blockaden können zu psychischer und/oder physischer Krankheit führen. Erleben Sie, wie man solche „Selbstsabotagemuster“ bewusst machen und verändern kann.

Wann: **Mittwoch 10. Dez. 2014 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

FASZINATION CHIRURGIE

OÄ Dr. med. Ingrid Haunold
Fachärztin für Chirurgie



Der Vortrag zeigt, wie heute große Operationen durch kleine Schnitte durchgeführt werden können. Immer schonender und immer besser – an diesem Abend werden neue Techniken erklärt!

Wann: **Mittwoch 14. Jän. 2015 | 19 Uhr**
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

perchtoldsdorf
GESUND & FIT



Gesund & Fit
IN PERCHTOLDS DORF



Herbst 2014