

## Zum Geleit

### Liebe Perchtoldsdorferinnen und Perchtoldsdorfer!



In Zusammenarbeit und mit Unterstützung der Marktgemeinde Perchtoldsdorf ist es der „Interessengemeinschaft 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



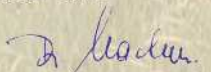
Herzlichen Dank für Ihr großes Interesse. Im vergangenen Jahr 2010 haben 1250 Interessierte an



unseren Veranstaltungen teilgenommen. Das zeigt, wie sehr Sie unser Angebot annehmen und wie wichtig es aber auch für uns ist, uns weiter für Sie zu engagieren. So kann die Interessengemeinschaft Gesundes Perchtoldsdorf auch heuer wieder ein umfangreiches Programm für das 2. Halbjahr präsentieren. Und natürlich ist auch wieder aktives Mitmachen gefragt!

Wir wünschen Ihnen weiterhin ein gesundes Jahr 2011!

  
**Dr. Med.**  
**Manuel Langer**  
Obmann

  
**Medizinalrat Dr. med.**  
**Herbert Machacek**  
Obmann-Stellvertreter

Impressum:  
IGP, Marktplatz 12, 2380 Perchtoldsdorf

## Gesundes Perchtoldsdorf

### PROGRAMM: September - Dezember 2011

Alle Aktivitäten wurden von der Interessensgemeinschaft Gesundes Perchtoldsdorf ([www.gesundes-pdorf.at](http://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.

#### „WIE VERMEIDE ICH SCHLAGANFÄLLE“

**Dr. med. Angelika Haymerle-Kimla**  
Fachärztin für Neurologie



Alle sechs Minuten erleidet österreichweit ein Mensch einen Schlaganfall. Tod oder Behinderungen mit Verlust der selbständigen Lebensführung können in vielen Fällen die Folge sein. Welche Möglichkeiten der Schlaganfall-Vorsorge gibt es, welche Warnsymptome oder Frühzeichen können auftreten und welche Behandlungsmöglichkeiten bestehen?

Wann: **Mittwoch, 14. Sept. 2011, 19:00 Uhr**  
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

#### „SCHMERZEN AN DER HAND! - MUSS ICH DAMIT LEBEN?“

**OA Dr. med.**  
**Andrea Schweitzer-Ehrenreich**  
Fachärztin für Unfallchirurgie,  
Spezialistin für Handchirurgie



Schmerzen an der Hand bedeuten eine wesentliche Einschränkung der Lebensqualität. Anhand von Fallbeispielen, werden häufige Probleme besprochen und viele Fragen beantwortet

Wann: **Mittwoch, 21. Sept. 2011, 19:00 Uhr**  
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

## Herbst 2011

#### „DER GRAUE STAR“

**Dr. med. Karl Nigl**  
Facharzt für Augenheilkunde, Optometrie  
und Augen Chirurgie



Über die Therapie des grauen Stars von der Antike bis zur Neuzeit - Entwicklung vom Starstich bis zur modernen ambulanten Kataraktoperation - Vorbereitung und Nachsorge.

Wann: **Mittwoch, 05. Okt. 2011, 19:00 Uhr**  
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

#### „HERBSTWANDERUNG NACH HEILIGENKREUZ“

mit **Andreas Joachimsthaler**  
und **Pfarrer Ernst Freiler**



Gemeinsame, gesellige Wanderung zum Stift Heiligenkreuz. Dort gibt es eine kurze Führung. (Bezahlung vor Ort)  
Eine Rückfahrmöglichkeit ist vorhanden.  
Anmeldung bis spätestens 30.09.2011

Wann: **Samstag, 08. Okt. 2011, 09:00 Uhr**  
Wo: **Treffpunkt Parkplatz Burg**



#### „RÜCKENSCHULE“

**Agnes Landkammer**  
Physiotherapeutin



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

Wann: **Dienstag, 18. 10., 25. 10., 08. 11., 22. 11., 29. 11. und 06. 12. 2011; 17:00 - 18:00 Uhr**

Wo: **Kulturzentrum Turnsaal**  
Kosten: € 40,- / Person; Teilnehmerzahl begrenzt!  
Anmeldung nur gültig durch Bezahlung bis spätestens 11.10.11 in der Augustinus Apotheke.

## 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!

- „WIE VERMEIDE ICH SCHLAGANFÄLLE“**  
Dr. med. Angelika Haymerle-Kimla - 14.09.2011  
19:00 Uhr - Raiffeisensaal, Eingang Innenhof
- „SCHMERZEN AN DER HAND! - MUSS ICH DAMIT LEBEN?“**  
OA Dr. med. Andrea Schweitzer-Ehrenreich -  
21.09.2011 / 19:00 Uhr  
Raiffeisensaal, Eingang Innenhof
- „DER GRAUE STAR“**  
Dr. med. Karl Nigl - 05.10.2011 - 19:00 Uhr  
Raiffeisensaal, Eingang Innenhof
- „HERBSTWANDERUNG NACH HEILIGENKREUZ“**  
Andreas Joachimsthaler und Pfarrer Ernst Freiler  
08.10.2011 / 09:00 Uhr; Treffpunkt:  
Parkplatz Burg; Anmeldung bis 30.09.2011
- „RÜCKENSCHULE“**  
Physiotherapeutin Agnes Landkammer  
8.10., 25.10., 08.11., 22.11., 29.11.,  
06.12.2011 - 17:00 - 18:00 Uhr;  
Kulturzentrum Turnsaal,  
Kosten € 40,-; Anmeldung bis 11.10.2011

Datum: ..... Unterschrift: .....

#### INFORMATION

Marktgemeinde Perchtoldsdorf, Marktplatz 11,  
2380 Perchtoldsdorf, Frau Birgit Distel,  
Tel.: 01 866 83-120, Fax: 01 866 83-133  
E-mail: [gesundheit@perchtoldsdorf.at](mailto:gesundheit@perchtoldsdorf.at)



## 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!

- **„DAS SCHULTER - ARM - SYNDROM“**  
OA Dr. med. Christoph Müller - 19.10.2011  
19:00 Uhr - Raiffeisensaal, Eingang Innenhof
- **„SCHLECHTER HÖREN“**  
Univ. Prof. Dr. med. Andreas Temmel - 09.11.2011  
19:00 Uhr - Raiffeisensaal, Eingang Innenhof
- **„BLASENSCHWÄCHE - WAS KANN ICH TUN?“**  
OA Dr. med. Andrea Dungal - 16.11.2011  
19:00 Uhr - Raiffeisensaal, Eingang Innenhof
- **„KINDER-NOTFÄLLE TEIL 1 und KINDER-NOTFÄLLE TEIL 2“**  
Dr. med. Dagmar Fedra-Machacek und  
Dr. med. Manuel Langer - 23.11. und 07.12.2011  
19:00 Uhr - Raiffeisensaal, Eingang Innenhof  
Kosten € 10,-; Anmeldung bis 16.11.2011
- **„SELBSTWERTGEFÜHL STEIGERN - LEBENSQUALITÄT VERBESSERN“**  
Dr. Karin Neumann - 30.11.2011 / 19:00 Uhr  
Raiffeisensaal, Eingang Innenhof

Datum: ..... Unterschrift: .....

### INFORMATION

Marktgemeinde Perchtoldsdorf, Marktplatz 11,  
2380 Perchtoldsdorf, Frau Birgit Distel  
Tel.: 01 866 83-120, Fax: 01 866 83-133  
E-mail: [gesundheit@perchtoldsdorf.at](mailto:gesundheit@perchtoldsdorf.at)

## Meine Bank im Ort!

Ihr Top-Partner für alle  
Geldangelegenheiten in Perchtoldsdorf

Wienergasse 9 • 01/869 04 79  
Mühlgasse 92 • 01/869 29 24

[www.raiffeisenbank.co.at](http://www.raiffeisenbank.co.at)

Raiffeisen  
Regionalbank Mödling



## Herbst 2011

### „DAS SCHULTER - ARM - SYNDROM“

OA Dr. med. Christoph Müller  
Facharzt für Orthopädie und orthopädische  
Chirurgie, Sportorthopädie



Warum es nicht nur gut für uns ist, auf zwei Beinen zu gehen. Die Schulter als das Gelenk, das uns zum Homo Sapiens macht und dafür den Preis zahlen muss. Über Ursachen für Schulterschmerzen und ihre Behandlungen.

Wann: **Mittwoch, 19. Okt. 2011, 19:00 Uhr**  
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

### „SCHLECHTER HÖREN“

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



Die schleichende Hörverschlechterung merken wir Angangs gar nicht. Wir glauben nur, schlechter zu verstehen. Das Ohr ist ein sehr kompliziert aufgebautes Organ und es kann an vielen Stellen zu einer Schädigung kommen. Entsprechend verschieden können auch die Ursachen für eine Schwerhörigkeit sein - einige sind durchaus vermeidbar! Dabei sollte man sich klarmachen, dass eine Zerstörung der Innenohr-Haarzellen nicht mehr rückgängig zu machen ist.

Wann: **Mittwoch, 09. Nov. 2011, 19:00 Uhr**  
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

### „BLASENSCHWÄCHE - WAS KANN ICH TUN?“

OA Dr. med. Andrea Dungal  
Fachärztin für Gynäkologie



Wie können betroffene Frauen zur Diagnostik und individuellen Therapieplanung mit der Frauenärztin beitragen?

Wann: **Mittwoch, 16. Nov. 2011, 19:00 Uhr**  
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

## Gesundes Perchtoldsdorf

### „KINDER-NOTFÄLLE TEIL 1 und KINDER-NOTFÄLLE TEIL 2“

DDr. med.  
Dagmar Fedra-Machacek  
Ärztin für Allgemeinmedizin  
und



Dr. med. Manuel Langer  
Facharzt für Kinder- und Jugendheilkunde



Der Alltag mit Kindern birgt leider auch manche Gefahren in sich. Hustenanfälle, Fieberträume und starke Ohrenschmerzen gehören genauso dazu wie leider manchmal auch Platzwunden und Stürze, Verbrühungen oder allergische Reaktionen.

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

Im 2. Teil dieses Kurses wird der Schwerpunkt in praktische Übungen in Kleingruppen gesetzt: Verbandversorgung, Platzwunden bis hin zu lebensrettenden Sofortmaßnahmen.

Bitte um Voranmeldung in der Augustinus Apotheke.

Wann: **Mittwoch, 23. Nov. und 07. Dez. 2011, 19:00 Uhr**  
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

Kosten: € 10,- / Person; Teilnehmerzahl begrenzt!  
Anmeldung nur gültig durch Bezahlung bis spätestens 16.10.11 in der Augustinus Apotheke.

### „SELBSTWERTGEFÜHL STEIGERN - LEBENSQUALITÄT VERBESSERN“

Dr. Karin Neumann  
Dr. der Psychotherapiewissenschaften



Ein positives Selbstwertgefühl ist enorm wichtig. Erfahren Sie, wie Sie Ihr Selbstwertgefühl stärken können.

Wann: **Mittwoch, 30. Nov. 2011, 19:00 Uhr**  
Wo: **Raiffeisensaal, Wienergasse 9, Eingang Innenhof**

perchtoldsdorf  
GESUND & FIT dorf



Gesund & Fit  
IN PERCHTOLDSORF



Herbst 2011