

**Samstag, 03. März 2018**

**Beginn: 14.00 Uhr / Ende: 17.00 Uhr**

**Volksschule Treffen**

**„ERÖFFNUNG DER  
GESUNDHEITSSTRASSE“**



Eröffnung der Gesundheitsstraße mitgestaltet durch den Schulchor der VS Treffen.

Der Elternverein sorgt in gewohnter Weise für Speis und Trank. Interessierte Kinder sind eingeladen, die Herstellung diverser gesunder Köstlichkeiten mitzugestalten.

### **Mitwirkende der Gesundheitstraße 2018:**

► **Kneipp Aktiv-Club Treffen:**

Tanzen ab der Lebensmitte  
Tanzleitung: Frau Veronika Rauter-Pichler

► **Condottieri Mauriziani:**

Einblick in die Lebensweise im Mittelalter

► **Gerlitz Apotheke:**

Blutzuckermessung, Blutdruckmessung

► **EOA Dr. Ulrich Radda:**

Informationen zu Ihrer Lunge

► **Judo Club – SV Treffen:**

Sicheres Fallen

► **Information rund um die Zähne:**

**Proges Kärnten (ehem. PGA)**

Zahngesundheitserzieherinnen:

- Martina Koren-Stattnann
- Michaela Biedermann

► **Kindergarten Treffen mit den Stationen:**

1. Gesunde Ernährung –  
*Herstellung gesunder Limonaden*
2. Bewegung – *Fußtaststraße*
3. Denken – *Kinesiologische Übungen*
4. Entspannung – *Eltern-Kind-Massagen*
5. Pflege – *richtiges Naseputzen, Händewaschen*

**Danke für die Unterstützung:**

gesunde  
gemeinde 

 gesundheitsland  
kärnten

LAND  KÄRNTEN

Amtliche Mitteilung

Zugestellt durch Österreichische Post

Marktgemeinde Treffen



am Ossiacher See



**01. - 03. März 2018**

**„Ernährung und  
Bewegung für  
unsere Gesundheit.“**

**Treffner Gesundheitstage 2018**

Mit freundlicher Unterstützung von:

gesunde  
gemeinde 

 gesundheitsland  
kärnten

LAND  KÄRNTEN



## Liebe Treffnerinnen, liebe Treffner!

Das Bewusstsein um die eigene Gesundheit ist in den vergangenen Jahren innerhalb der Bevölkerung stetig im Steigen begriffen. Das freut mich als Gesundheitsreferentin natürlich sehr und ist gleichzeitig auch Ansporn, dieser zunehmenden Wissbegierigkeit auch mit entsprechenden Angeboten seitens des Landes entgegenzukommen. Dabei stellen nicht zuletzt unsere „Gesunden Gemeinden“ und der Verein Gesundheitsland Kärnten wichtige Know-How- und Leistungsträger dar. Vor allem auch unsere engagierten Arbeitskreisleiter vor Ort sind wahre Motivationsmotoren, wenn es darum geht Gesundheit in die Gemeinden zu bringen.

Vor allem die Gesundheitstage sind eine fixe und beliebte Institution, um sich auf den neuesten Stand zu bringen was die aktuellen Angebote der „Gesunden Gemeinden“ betrifft. Ich freue mich gemeinsam mit Ihnen auf die Treffner Gesundheitstage 2018, lassen Sie uns gemeinsam die Grundsteine für ein gesundes Morgen legen.

Ihre LHStv.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Beate Prettner  
Gesundheitsreferentin des Landes Kärnten

## Sehr geehrte Gemeindegewerinnen und Gemeindegewer, liebe Jugend, geschätzte Gäste!

Die schon traditionellen Gesundheitstage, heuer vom 01. bis 03. März 2018, in der Marktgemeinde Treffen am Ossiacher See stehen unter dem Themenschwerpunkt Ernährung und Bewegung. Unter Mitwirkung unserer Schulen, der NMS Gegendal-Treffen, der Volksschule Treffen sowie des Kindergartens Treffen und worüber wir uns auch besonders freuen, der HBLA Pitzelstätten - einer Schule mit dem Ausbildungsschwerpunkt Ernährung - werden wir Ihnen ein umfangreiches Programm bieten.

Die Organisatoren und Mitwirkenden laden Sie herzlich zu einem interessanten Programm, das Ihrer Gesundheit zu Gute kommen soll, ein.



von links:  
**GR Georg Kleindienst**  
Arbeitskreisleiter

**Klaus Glanznig**  
Bürgermeister

**Vzbgm. DI Bernhard Gassler**  
Referent für Gesundheit

## Donnerstag, 01. März 2018 Beginn: 19.00 Uhr

Wappensaal der Marktgemeinde Treffen  
am Ossiacher See



### APITHERAPIE

## „VERWENDUNG DER BIENENPRODUKTE FÜR UNSERE GESUNDHEIT“

### Gesundheit aus dem Bienenstock

Die Bienenprodukte hatten seit Jahrtausenden ihren festen Platz in der Volksmedizin aller großen Kulturen. Die Apitherapie hat diese Erfahrungen gesammelt und weiter geforscht.

Auch viele Imker wissen noch nicht oder nicht mehr, welches erstaunliches Gesunderhaltungs-Potenzial die Bienenprodukte enthalten, z. B. wie eine Honigmassage wirkt, wie Bienenwachs und Bienenstockluft zur Vorbeugung und Linderung von Beschwerden eingesetzt werden kann.

Als Heilpraktikerin möchte ich Ihnen gerne mein Wissen über die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten von **Honig, Pollen, Bienenwachs, Propolis, Gelee Royal, Bienenstockluft und Bienen** und deren Wirkungsweisen auf unseren Körper weitergeben.



**Veranstalter:**  
Bienenzuchtverein Einöde-Winklern

**Vortragende:**  
Imke Logar-Thiessen

## Freitag, 02. März 2018 Beginn: 15.00 Uhr

NMS Gegendal-Treffen



## „FIT DURCH GESUNDE ERNÄHRUNG UND BEWEGUNG“

Infos von Schülern für Schüler, Eltern und Interessierte.

Eine Zusammenarbeit der Schülerinnen und Schüler der NMS Gegendal-Treffen und der HBLA Pitzelstätten.

### RAHMENPROGRAMM BEI DER ERÖFFNUNG:

- **Musikschule Gegendal – Bodensdorf**
- **Line Dance:** Chili Dancer (LVK-Culd)
- **Zumba:** SchülerInnen der NMS Gegendal-Treffen

Folgende Stationen werden zum Besuch angeboten:

- **Zumba:** Schülerinnen der NMS Gegendal-Treffen
- **Line Dance:** Chili Dancer (LVK-Culd)
- **Judo Club SV Treffen:** Sicheres Fallen und Selbstverteidigung
- **Akrobatik:** SchülerInnen der NMS Gegendal-Treffen
- **Helmut Mayer SC Gerlitzen:** Konditionstraining

Wollten Sie schon immer mehr über gesunde Ernährung erfahren?

### INFO-POINTS DER HBLA PITZELSTÄTTEN:

- Getränke unter der Lupe
- Gesunde Öle - was macht sie aus?
- Nahrungsfalle Zucker – gibt es Alternativen?
- Ernährungsmythen im Check
- Ernährungsapps für den Alltag
- Testen Sie Ihren Geruchssinn
- Trendthemen der Ernährung
- Bodycheck – wie fit sind Sie?



Überzeugen Sie sich bei den „Vital-Snacks“ der SchülerInnen der NMS Gegendal-Treffen und HBLA Pitzelstätten, dass gesundes Essen auch lecker schmecken kann.

