



Marktgemeinde Treffen
am Ossiacher See



Gesunde Gemeinde

VORTRÄGE & WORKSHOPS

Programm vom 15. März bis 22. Mai 2023

Die Marktgemeinde Treffen am Ossiacher See als Veranstalter, sowie alle Mitwirkenden und Organisatoren, laden herzlich ein und freuen sich auf Ihren Besuch.

MI. 15. MÄRZ 2023 // 19.00 UHR
Wappensaal der Gemeinde Treffen

Unser täglich Gift – Warum Essen krank machen kann

Wir bemühen uns nahrhaft und ausgewogen zu ernähren und doch fühlen wir uns nicht wohl in unserer Haut. Wir kochen jeden Tag frisch und doch fühlen wir uns träge und aufgebläht. Erfahren Sie in diesem Ernährungsvortrag warum unser Körper oft streikt trotz aller Bemühungen.

Vortragende: Nicole Perktold, Bakk.

MI. 8. MAI 2023 // 19.00 UHR
Wappensaal der Gemeinde Treffen

Mein Baby isst mit – von der Schwangerschaft bis zum 1. Lebensjahr

Informationsabend für werdende und stillende Mütter, sowie Ernährung bis zum 1. Lebensjahr.

Vortragende: Nicole Perktold, Bakk.

FR. 24. MÄRZ 2023 // 17.00 – 19.30 UHR
KOCHWORKSHOP in der NMS Gegendal-Treffen

Preiswerte Küche – günstig, gut und schnell gekocht

Wir kochen einfache ausgewogene Gerichte, die schnell zubereitet sind und wenig Geld kosten, mit anschließender Verkostung. Zusätzlich verrate ich Tipps und Tricks wie Energie beim Kochen eingespart werden kann und worauf beim Lebensmitteleinkauf zu achten ist, um die Geldbörse bestmöglich zu schonen.

Dauer: ca. 2,5 Stunden

Vortragende: Nicole Perktold, Bakk.

Kostenbeitrag: € 20,-

Bitte um Anmeldung bis 21. März unter 0664 1750445!

MI. 22. MAI 2023 // 19.00 UHR
Wappensaal der Gemeinde Treffen

Jetzt ess ich mit den Großen – Ernährung vom 2.-6. Lebensjahr

Informationsabend zum Thema Ernährung von Kindern bis zum Schuleintritt für Eltern alle Interessierte.

Vortragende: Nicole Perktold, Bakk.

Mit freundlicher Unterstützung von:



Infocast - Bilder: www.shutterstock.com, www.gettyimages.com



Marktgemeinde Treffen
am Ossiacher See



Gesundheitstag 15. APRIL 2023

10.00 – 16.00 Uhr
in der NMS Gegendal-Treffen

Programm

- 10.00 Eröffnung**
- 10.10 Vortrag** von Christian Pöschl „Umgang mit digitalen Medien“
- 10.30 Auftritt** Ich-Du-Wir Montessori Kinderhaus Treffen
- 13.00 Vortrag** von Mag. Barbara Schabata, Leiterin der Alkoholnachbetreuungsgruppen „Alkohol - wenn Genuss zum Problem wird“
- 13.20 Einweihung** der neuen Küche der NMS Gegendal-Treffen durch Bgm. Klaus Glanznig und Bezirkshauptmann Dr. Bernd Riepan (GF Schulgemeinerverband Villach-Land)
- Für Speis und Trank sorgen die Schüler der HBLA Pitzelstätten. Das Service übernehmen die Schüler der NMS Gegendal-Treffen

Stationen

Kriminalpolizei: Kriminalprävention und Info zu digitalen Medien, etc.

Wasserrettung Sattendorf:
Verbände, Reanimationspuppe, Wurfsack, Rettungsgeräte

Schüler der NMS Gegendal-Treffen:
Geschicklichkeitstest

Community Nurse Irmgard Haider:
Information zu den Aufgaben einer Community Nurse, Unterstützung bei der Pflege zuhause

Bloom Hearing: Hörtest

Land Kärnten: Lungenfunktionstest

ASKÖ: Gleichgewichts- und Reaktionstest

Gerlitznapotheke: Blutdruckmessung und Blutzuckermessung

Seminarbäuerinnen:
Vollkorn Brioches zum selber backen für Kinder, gesunde Jause, Sofortgewinnspiel zu heimischen Gütesiegel

Ätherische Öle: über Wirkung und Einsatz von Elka Mitterberger

Medizinische Heilmassage: zum Ausprobieren von Natascha Sokolov

Yoga: zum Schnuppern 11.15 Uhr und 14.00 Uhr mit Gerda Burian (Turnhose mitnehmen)

Aikido Verein Landskron: Japanische Kampfkunst zum Schnuppern um 10.45 Uhr und 12.15 Uhr

Progres Kärnten: Zahngesundheit speziell für Kinder

Kindergarten Treffen: Kräutersalz zum Selbermachen

Maierhofer Sanitätshaus: Infos zu Rollstuhl, Rollmobil und Informationen zu Zuschüssen, Förderungen, Unterstützungen usw...

Psychotherapeutin und klinische Gesundheitspsychologin
Mag. Barbara Schabata: Beratung zu psychischer Gesundheit und Suchtthemen

Tanz aus der Lebensmitte: Gruppentanz für Senioren mit Veronika Rauter-Pichler zum Ausprobieren um 14.00 Uhr

TSV Schloß Treffen: Übungen für Kinder und Erwachsene zum Kennenlernen der Sportart Tennis

Rotes Kreuz: Infos zu First Responder und Ersthilfe bei Kindern und Erwachsenen

Cranio Sacrale Körperarbeit und Rota Therapie: für Kinder und Erwachsene zum Schnuppern bei Mag. Daniela Trappl

Mit freundlicher Unterstützung von:

