

# Programm

Samstag, 7. März 2015

- 10:45 Uhr - Eröffnung
- 11:30 Uhr - Festakt - 15 Jahre Sozialforum mit der Band der Sonderschule Langenstein
- 13:00 Uhr - Kinderschuhplattler
- 14:00 Uhr - Orientalische Tanzvorführung (Christines Tanzgruppen)
- 14:30 Uhr - Wirbelsäulenturnen mit dem Gymnastikball (Vorführung Margit Killinger)
- 15:00 Uhr - Kinderschuhplattler
- 15:30 Uhr - Volksschule Pregarten: „Auf der Suche nach dem Frühling“
- 16:00 Uhr - Verlosung

Sonntag, 8. März 2015

- 09:15 Uhr - „Gesund an Leib und Seele“ Messe der Pfarre Pregarten und den Erstkommunionkindern im Findling
- 11:00 Uhr - Orientalische Tanzvorführung (Christines Tanzgruppen)
- 14:00 Uhr - Tamara Mayrwöger: „Chinesische Funktionsgymnastik (Nei Gong)“
- 15:00 Uhr - Zaubervorstellung
- 15:45 Uhr - Verlosung



**SPARKASSE**   
Pregarten-Unterweißenbach AG  
Was zählt, sind die Menschen.

  
Gesundheitsresort \*\*\*\*\*  
**LEBENSQUELL**  
BAD ZELL

  
Krankenhaus  
Freistadt  
Eine Gesundheitseinrichtung der gespag

  
Gesundes  
Oberösterreich

  
OÖ Jugendcenter-Unterstützungsverein

**KOMPETENZENTRUM** PREGARTEN 

**SOLEUM**

**GELBETT.** at

  
wohnraum.eder  
stilvoll . persönlich . exklusiv

**Raiffeisenbank** 

Region Pregarten



## 8. Mühlviertler Gesundheits- und Wohlfühlmesse

Samstag, 7. März 2015, 10 - 17 Uhr  
Sonntag, 8. März 2015, 9 - 16 Uhr  
Bruckmühle Pregarten



**BRUCKMÜHLE**

Veranstaltung des Ausschusses für Freizeit der Stadt Pregarten in Zusammenarbeit mit den "Gesunden Gemeinden" Pregarten und Unterweisersdorf

Geschätzte Damen und Herren!  
Liebe Kinder und Jugendliche!

Oft geben Veranstaltungen Anlass, manche Lebenseinstellungen etwas intensiver zu hinterfragen.

Gerade im Gesundheitsbereich wäre es angebracht darüber nachzudenken: Wie ernähre ich mich? Wie teile ich mir meine Zeit ein? Was erfüllt mich mit Freude?

Nehme ich mir Zeit für Bewegung? Pflege ich Freundschaften? Halte ich mich auch geistig fit?

Die Gesundheits- und Wohlfühlmesse 2015 wird noch mehr Fragen aufwerfen und hoffentlich auch beantworten können. Sie haben bei dieser Veranstaltung die Chance, mit Fachleuten ins Gespräch zu kommen und sich Anregungen für den Alltag abzuholen. Unsere Lebenserwartung steigt ständig und wir müssen lernen, die dazugewonnenen Jahre so gut als möglich in körperlicher und geistiger Frische zu nutzen. Also, nichts wie hin!

Ich wünsche Ihnen eine interessante Gesundheits- und Wohlfühlmesse und freue mich auf ein Treffen.

**Ihr/ Dein Bürgermeister Anton Scheuwimmer**

"Wer keine Zeit für seine Gesundheit hat, wird eines Tages Zeit haben müssen, um krank zu sein!", lautet ein bekanntes Sprichwort.

Nehmen Sie sich daher Zeit für wichtige Informationen zur Gesundheitsvorsorge und nützen Sie das reiche Angebot an Gesundheits- und Wohlfühlprodukten im Rahmen dieser Messe.

Viele Aussteller, Verkostungen, Vorträge und ein tolles Kinderprogramm finden Sie an diesen zwei Tagen. Auch das Fachpersonal und ein Arzt vom LKH-Freistadt geben Ihnen Tipps und Informationen zu persönlichen Gesundheitsfragen. Ich lade Sie herzlich dazu ein und würde mich freuen, Sie persönlich begrüßen zu dürfen!

**Stadträtin Astrid Stitz (Arbeitskreisleiterin)**



## Aussteller

- Augner Franz** – Hyla Luft & Raumreinigungsgeräte
- Barfussbar Jugendzentrum** - Alkoholfreie Cocktails
- Creativ & Vital Verwöhnstube Augusta & Marika Wuster** – Young Living Öle, Nahrungsergänzungen
- Fernbach Ilse** - Xunde Steine und Ätherische Öle
- Hintermüller Carmen** - Energiearbeit
- Hintersteiner Friederike** – Körperarbeit
- Klausmühle** – Brotverkostung
- Larndorfer Peter** – Aloe Vera Gesundheitsprodukte
- Lebensquell Bad Zell**
- Lindner Rudolf** – Rosenprodukte, Essig, Öle, Früchte und Schokolade
- MAHEI Bad Zell** – Bekleidung aus selbst gefärbter Schafwolle und Seide
- Mayrwöger Tamara** – Präsentation Praxistätigkeiten als Tuina- und Kindertuinapraktikerin
- Naturheilpraxis Hinter dem Regenbogen** – Naturheilpraxis
- Ortner Manuela** - Strömen
- Pachner Erwin** - Honig- und Imkereiprodukte aus Unterweikersdorf
- Rückenschule Dr. Pachinger**
- Schlossrestaurant Hagenberg** - Präsentation
- Schuhhaus Böhm** – „Gesundes Gehen“
- Soleum GmbH Kiesenebner** - Infostand
- Stadlbauer Josef** – Wasseraufbereitung und Luftreiniger
- Steinreich Peter Prückl** – Symbolschmuck
- Uli's Naturkost** - Verkostungen
- Vorhemus Claudia** – Energetische Beratung
- Wohnraum Eder** - GARANTLINE Boxspringbett – Schlafsysteme
- Wolfsegger Bernhard** – Energie und Schmerzplaster
- Wolfsegger Karina** – Ringana
- Zivilschutzverband** – Sicherheitsberatung

**Kostenlose kurze Probefahrt mit den Segways am  
Samstag von 14:00 – 16:00 Uhr**

## Sozialforum Freistadt Süd

### Plattform sozialer Einrichtungen

- Caritas, Sozial – Service, Rotes Kreuz, Gesunde Gemeinde, Alkoholberatung, Tageszentrum Freistadt Süd, Omabörse, Demenzservicestelle MAS, Betreubares Wohnen, Verein Immanuel, Familienberatung Lichtblick, Verein AKN, Diakonie, Institut COM, Hospizbewegung, SELBA

## Mediz. Gesundheitsangebote

**Samstag, 7. März 2015, 10 - 17 Uhr**

**Landeskrankenhaus Freistadt:**

„Koloskopie ist Darmkrebsvorsorge“  
(Information)

**Treffpunkt Gesundes Oberösterreich:  
11– 16 Uhr (Schwerpunkt Ernährung)**

**Sonntag: 8. März 2015, 10 – 14 Uhr**

**Dr. Friedrich Weber:**

Blutdruck- und Blutzuckermessung

## Vorträge

**Samstag, 7. März 2015**

**13:30 Uhr** - Was soll ich heute kochen? – Gesunde  
Tipps zur Speiseplangestaltung

**14:00 Uhr** - „Kann man Allergien verhindern?“  
Dr. Michael Riedler (Lungenfacharzt)

**15:00 Uhr** - „Glück und Gesundheit liegt in dir“  
Eveline Weglehner

**16:00 Uhr** - „Kräuterwissen für die neue Zeit“  
Kornelia Elmecker

**Sonntag, 8. März 2015**

**11:00 Uhr** - „Aufrecht durch's Leben“  
Tamara Mayrwöger

**13:30 Uhr** - „Gesund sein beginnt mit deinem  
Denken“ Carmen Hintermüller

**14:30 Uhr** - „Rückenschmerzen“  
Rückenschule Dr. Pachinger

**15:00 Uhr** - Natürlich weiblich mit dem  
Allerfrauenheil „der Frauenmantel“  
Irene Brandstetter (Dipl. Kräuterpäd.)

## Kinderprogramm

**Samstag, 7. März 2015**

**11 - 16 Uhr** - Hüpfburg (Kinderfreunde)

**11 - 16 Uhr** - Kletterwand (Naturfreunde)

**Sonntag, 8. März 2015**

**10 - 16 Uhr** - Kletterwand (Naturfreunde)

**15:00 Uhr** - Zaubervorstellung (Mag. Peherstorfer)