An einen Haushalt · Postgebühr bar bezahlt
Zugestellt durch Post.at

Amtliche Mitteilung

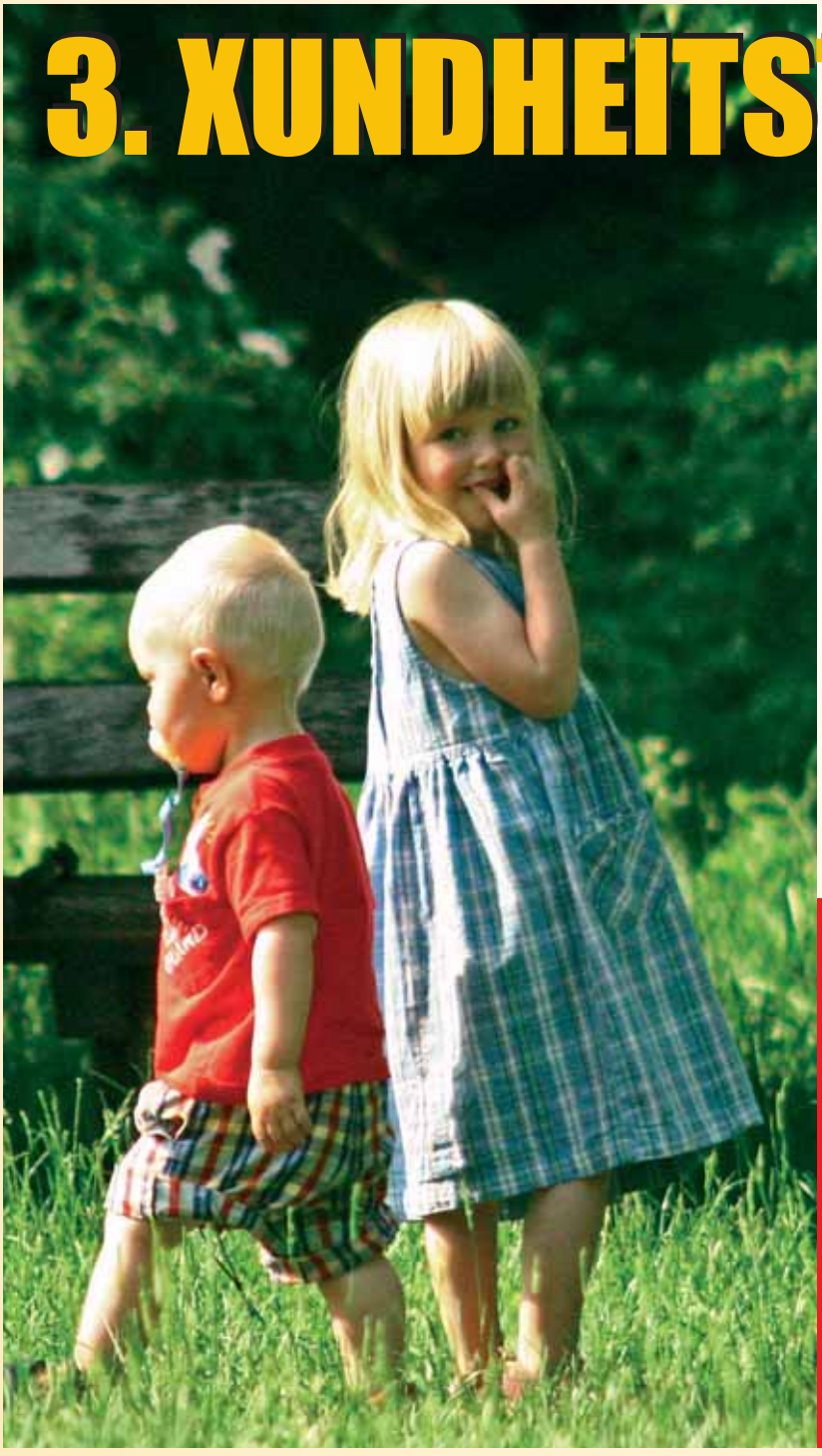
INFORMATION

des Bürgermeisters der
Marktgemeinde St. Andrä-Wördern

E-Mail: post@staw.at · Homepage: www.staw.at · Nr. 8/2007 · Sept. 2007
E-Mail: Alfred.Stachelberger@staw.at

Bgm. Alfred Stachelberger

XundHeit!



3. XUNDHEITSTAG 2007

Bewegung · Wellness
Ernährung · Entspannung
Beratung · Gesundheit

22. September

14 bis 18 Uhr

INFORMATIK-HAUPTSCHULE ST. ANDRÄ-WÖRDERN

EINTRITT FREI
Gesundheitsstraße, Wellness-Oasen, Kinderbetreuung, Quiz, Büfett…

…UND AM ABEND:

KABARETT
Da schwoarze Dokta

Xund samma krank werma

Prof. Dr. Alfred Horaczek und Andi Vanura

Hagenthaler Asia Restaurant, 20 Uhr
Karten: Abendkasse € 15,–, Vorverkauf € 12,–

XundHeit!

Alfred Stachelberger
Bürgermeister
der Marktgemeinde
St. Andrä-wördern

Liebe Mitbürgerin, lieber Mitbürger!

Gesundheit ist das höchste Gut des Menschen. Wir wissen es – aber wir handeln nicht immer danach. Allzu oft verdrängen wir unsere Gedanken an eine gesunde Lebensweise und erinnern uns immer dann erst wieder daran, wenn in unserem persönlichen Umfeld jemand oder wir selbst von einer Krankheit betroffen sind. Dabei ist es doch so leicht, gesund zu leben. Wir müssen dazu nur vielleicht da und dort unseren Lebensrhythmus ändern, uns bewusst und gesund ernähren und auch die innere Ausgeglichenheit für unser persönliches Wohlfühlen finden.
Die Gesunde Gemeinde hat es sich seit vielen Jahren zur Aufgabe gemacht, durch viele Vorträge, Kurse und weitere Veranstaltungen Tipps für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit zu geben. Eine wichtige Einrichtung dabei sind die Xundheitstage in St. Andrä-Wördern. Der 3. Xundheitstag, der am Samstag, den 22. September von 14.00–18.00 Uhr, – diesmal in unserer Informatik-Hauptschule – stattfindet, bietet wieder eine Fülle von wichtigen und nützlichen Anregungen für eine gesunde Lebensweise.
Ich danke an dieser Stelle den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Gesunden Gemeinde für ihr Engagement und die Zusammenstellung des umfassenden und bemerkenswerten Programms.
Den Ausstellenden und Präsentatoren der Informationsstände danke ich für ihre Mitarbeit und für die Unterstützung des 3. Xundheitstages ebenso wie Andy Wohlmuth, der sich bereit erklärt hat, auch diesen 3. Xundheitstag in bewährter Weise zu moderieren.
Ich lade Sie, liebe Mitbürgerin, lieber Mitbürger, herzlich ein, von dem umfangreichen Informationsangebot beim 3. Xundheitstag in unserer Informatik-Hauptschule Gebrauch zu machen und freue mich, Sie dort zu sehen.

Mit freundlichen Grüßen

Alfred Stachelberger
Bürgermeister

Interessante XundHeit! rund um die Uhr.

Moderator Andreas Wohlmuth führt durch das Programm!

14.00 Uhr Eröffnung durch Bgm. Alfred Stachelberger
anschl. stehen Ihnen die „Gesunden" Angebote bei den jeweiligen Ständen zur Verfügung

17.30 Uhr XundHeit!sQuiz Verlosung der zahlreichen Preise!

Gesundheitsstraße

NÖ VOLKSHILFE HAUSKRANKENPFLEGE
Blutzucker-, Blutdruck - Messung
Pflegeberatung / Kosten

HANSATON-HÖRSYSTEME
Hörmobil

HOLZMANN-OPTIK
Sehtest, Brillenkontrolle
Aktion Gleitsichtglas

APOTHEKE ZUM HL. ANDREAS
Osteoporose-Messung
Hauttest

NÖ HILFSWERK TULLN
Information über Hauskrankenpflege, Kinderbetreuung durch Tagesmütter und Lernhilfe
Kinderaktivitäten

RAUCHER-BERATUNG-ENTWÖHNUNG
Raucher ? - Jetzt bin ich Nichtraucher!
Wege zum Erfolg

GESUNDHEITSFORUM NÖ
Projektvorstellung Smokerlyser

VITALFELDTHERAPIE

GUT GEWICKELT
Wickel mit natürlichen Hausmitteln und ätherischen Ölen

XundHeit!

GESUNDHEITS-VORSORGE

„TRAIN YOUR BRAIN“
Ideen und Infos zum effizienten Lern- und Gehirntraining

ROTES KREUZ TULLN
Info über Seniorentreffen und „Betreutes Reisen“
Gesundheit und Soziale Dienste
JugendRotKreuz - In der Jugend helfen

BSTÄNDIG
Alltagshilfen, Heim und Krankenpflege
REHA-Produkte

PENSIONISTENVERBAND
Fit und aktiv im hohen Alter, Nordic Walking für Senioren

PRAXIS FÜR ENERGETIK
Craniosakrale Balance – Begleitung in der Schwangerschaft.
Wenn es „zwickt“ und „zwackt“

KRENN
Gesunder Rücken – gesundes Sitzen

ERNÄHRUNG

GESELLSCHAFT FÜR GESUNDHEITS-BERATUNG
Ernährungsberatung nach Dr.Max-Otto-Bruker – Vitalstoffreiche Vollwertkost!

GESUNDHEITSBERATUNG
Christine Taborsky. Ernährung ist nicht das höchste im Leben, aber sie ist der Nährboden, auf dem das Höchste gedeihen oder verderben kann!

MICHAELA HAUNOLD ERNÄHRUNGSBERATERIN
Ernährungskurzberatung – Ayurvedische Typenanalyse - VATA, PITTA, KAPHA

ERNÄHRUNGSBERATUNG UND WELLNESS-HOME
Ganzheitliche Ernährungsberatung
Individuelle Gestaltung Ihres Wohlfühl-Konzeptes

DINNER FOR DOGS
Gesundheit - Ernährung - Wohlbefinden
Chemiefreie Hundenahrung

XundHeit!

WELLNESS und MENTALES GESUNDSEIN

PME - METHODE REHBERG
Physiomentale Entwicklung Methode Rehberg.
Berührung – Bewegung – Wahrnehmungs-schulung

ALOE VERA VON FOREVER + RINGANA
Gesundheit – Ernährung – Wohlbefinden
eine Vielfalt an Vitalstoffen aus der Aloe Vera und ausgewählten Früchten

CREATIVELIFE & BUSINESS
Inner-wise - Innere Balance ist die Basis für gesundes Sein

ENTSPANNUNG – REGENERATION
Klangmassage, Expertenberatung

WOHLERFÜHLEN
Feng Shui inkl. Radiästhesie und Geomantie
Pranic Healing · Räuchern und Düfte

WELLNESSCOACHING
Vitalcheck und Körperfettmessung
Beratung – Innere und äußere Ernährung

OASE FÜR KÖRPER, GEIST & SEELE
Übertragung universeller Lebensenergie durch REIKI und Heilströme

YOUNG LIVING
Hochwertige ätherische Öle sowie Nahrungsergänzungen zur Unterstützung einer körperlichen Ausgewogenheit

ERNI FRIEDRICH - GRINBERG-METHODE
Die Grinberg-Methode ist eine körperorientierte Methode, körperliche Beschwerden zu mildern

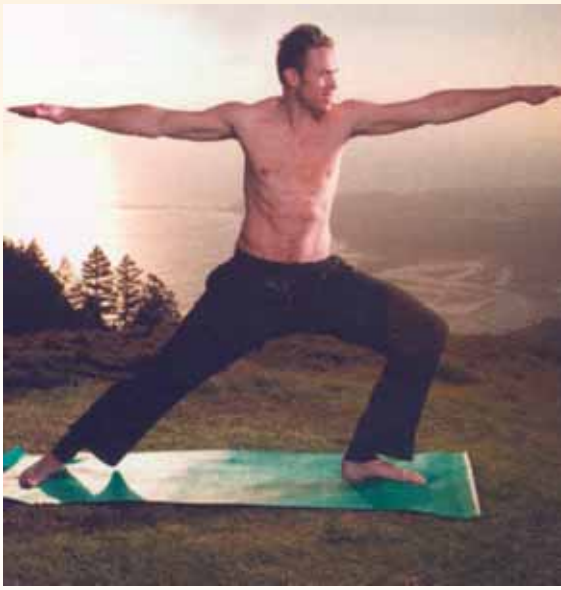
PRAXIS FÜR LEBENS- UND SOZIAL-BERATUNG
Paar- und Sexualberatung – wie leben wir eine erfüllende Partnerschaft?
Entspannung und Stressabbau – wie lerne ich abschalten?

SYNERGY UND BALANCE
Polarity unterstützt das Streben mit sich und den Elementen im Einklang zu leben.

YOGA – mit Andrea Holzer
Einheit von Körper, Atem und Geist

KINESIOLOGIE
für Sie – ein Weg, es sich besser gehen zu lassen

IN-VITA-POINT
Hautpflege im Herbst und Winter



IMPRESSUM
Herausgeber und Verleger:
Gesunde Gemeinde St. Andrä-Wördern.
Für den Inhalt verantwortlich:
Bürgermeister Alfred Stachelberger und der Arbeitskreis Gesunde Gemeinde
3423 St. Andrä-Wördern, Altgasse 30.
Verlagspostamt und Verlagsort:
3423 St. Andrä-Wördern.
Druck: Druckerei Berger, Horn

XundHeit!

SPORT

SPORT UNION
Stunden-/Tagesprogramme:
Gesundheitsgymnastik
Seniorengymnastik
Wanderungen

ZIG ZAG – NUTRITION POINT
Wellness-Fitness-Check
Kleiner Trainingsparcour
Fettmessung
Wellnessanalyse

SABFAB.TANZ.BEWEGUNG
Tanz und Bewegungsseminare für Menschen mit Bewegungseinschränkungen (in der Rehabilitation, mit neurologischen und/oder chronischen Erkrankungen)

BIODANZA

ORIENTALISCHER TANZ

KINDER UND JUGEND

NÖ HILFSWERK TULLN
Information über Kinderbetreuung durch Tagesmütter und Lernhilfe
Kinderaktivitäten

ROTES KREUZ TULLN
JugendRotKreuz - In der Jugend helfen

SCHREIB´S RAUS!
Kostenlose psychologische Beratung für Jugendliche und Familien

LITERATURECKE

STADTBUCHHANDLUNG TULLN
Sport
Ernährung
Gesundheit

Alle hier veröffentlichten Fotos wurden bei unseren Gesundheitstagen aufgenommen.

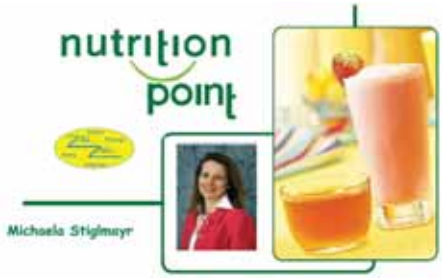
Gesunde Gemeinde St. Andrä-Wördern
3423, Altgasse 30 · www.xundheit-staw.at · xundheit@staw.at

XundHeit!s QUIZ

17.30 Uhr

Verlosung der zahlreichen Preise

Gewinnen Sie eine Schüßler-Antlitz-Analyse oder eine Yogastunde, Bücher zum Thema Gesundheit, Wellness & Natur, Massage-Gutscheine, Feng-Shui-Duftset, Kirschkernkissen, Gesunde Geschenkkörbe, Karten fürs Kabarett am 22. September u.v.m.

XundHeit!

Wir danken unseren Sponsoren und allen Mitwirkenden!