

HIGHLIGHTS

nana

Susanne
Bernegger-Flintsch



- Heilpraktikerin
- Homöopathie
- Dipl. Ernährungs- und Präventionscoach
- Dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin
- Basenfastentrainerin

Vorträge:

11.30 Uhr: „Still & leise, versteckte Entzündungen durch Ernährung in den Griff bekommen – Was tun?“

14.00 Uhr: „Frauen- und Kindergesundheit“

Homepage: www.nana.at

OA Dr.

Rudolf Paumann



- Facharzt für Innere Medizin
- Sportarzt
- OA im Landeskrankenhaus Scheibbs

Vortrag:

10.00 Uhr: „Fit ein Leben lang“

„Gesundheit ist
eine Beziehung
zwischen
dir und
deinem Körper.“

-Terri Guillemets



VITAL tag

FÜR DIE GANZE
FAMILIE



am 31. August 2024 / 9 - 16 Uhr
im Turnsaal der MS Allhartsberg

Impressum:

Gesunde Gemeinde Allhartsberg
Markt 47, 3365 Allhartsberg

Satz- und Druckfehler vorbehalten.

GESUNDES
ALLHARTSBERG



AUSSTELLER infos

- 1 Tut gut Gesundheitsstationen (Spinal Mouse, My Fitness Trainer, Challenge Disc für Kinder, Bioimpedanzanalyse)
- 2 Demenzservice (Demenzparcours)
- 3 Diätologie (Du bist, was du isst.)
- 4 Mobiles Hospizteam Waidhofen/Ybbs der Caritas Diözese St. Pölten / Begleitung schwer kranker und sterbender Menschen zu Hause, im Krankenhaus oder Pflegeheim, Trauerbegleitung
- 5 Hebamme Aline Walter (Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett)
- 6 Helga Schneckenreither (Massage, Heil- und Basenfasten)
- 7 Thermomix (Multitalent für die Küche)
- 8 Milchliebe (Ab Hof Produkte, Schule am Bauernhof)
- 9 Kängenwasser (reines, gesundes und basisches Trinkwasser)
- 10 Imkerei Dorninger
- 11 Tee Schnabel (Teespezialitäten aus aller Welt)
- 12 Reinzeit (Chemiefreies Heim)
- 13 Hyla (Luft- und Raumreinigungssystem)
- 14 Ganzheitliche Gesundheitsberatung, natürliche Praktiken & Mikrostrom (DGKP Katharina Stöger)
- 15 Mostheuriger Reikersdorfer (Naturprodukte)
- 16 Wieser Helga (Hausmittel neu entdecken nach Hildegard von Bingen)

AUSSTELLER infos

- 17 Physiotherapie (Erhaltung von Ausdauer, Kraft und Koordination)
- 18 HoamatGefühl (Naturfriseur)
- 19 doTERRA (ätherische Öle)
- 20 Lebensfeste, Frauenkreise (Rosina Kerschbaumer)
- 21 Ringana (Frische Kosmetik und Vitalstoffe)
- 22 Feeling (Zauber der Düfte)
- 23 2. Chance (kostbare Lebensmittel)
- 24 Daniela Krenn (Köstliches Brot mit Liebe gemacht!)
- 25 Dr. Hinterdorfer (nur vormittags) Blutzucker-Check
- 26 Volkshilfe (Beratung und Pflege, Blutdruckkontrolle)
- 27 Caritas (Demenz und Pflege, nachmittags Blutzucker-Check)
- 28 Gemeindepflege (DGKP Christoph Heinrichsberger, BSc)
- 29 Rotes Kreuz (Erste Hilfe zum Anfassen)
- 30 Optik Schmidradler (Sehtest)
- 31 Apotheke Rosenau (Hautgesundheit)
- 32 „Leben im Einklang – Körper- & Bewusstseinsarbeit“ (Kirchdorfer Ulrich und Ulrike)
- 33 Neuroth (Hörtest)

TIMELINE

- | | |
|-------------|--|
| 8.00-9.00 | Morgenwanderung zur Aubauernmühle |
| 8.00-9.00 | Morgenyoga im Schulgarten |
| 09.00-10.30 | Frühstück (Gesundes Allhartsberg) |
| 09.00-16.00 | Getränke + belegte Weckerl (Ybbscoast Volleys) |
| 9.00-16.00 | Hüpfburg |
| 10.00-16.00 | Smoothiebar + Bauernhofeis (Katholische Jungschar) |
| 10.00-16.00 | Kaffee + Mehlspeise (Landjugend Allhartsberg) |
| 10.00 | OA Dr. Rudolf Paumann „Fit ein Leben lang“ |
| 10.00 | Helene Grill „NaturFriseur – Ganzheitliche HaarMagie mit Naturbürsten und Meditation“ (bis zu 6 TeilnehmerInnen) |
| 11.00-15.00 | Mittagessen (Gaia Mahlzeit) |
| 11.00 | Sandra Ritzmaier „Nahrungsergänzung sinnvoll oder sinnlos?!“ |
| 11.30 | Nana „Still & leise, versteckte Entzündungen durch Ernährung in den Griff bekommen – Was tun?“ |
| 14.00 | Kinderyoga (Volksschulalter) |
| 14.00 | Nana „Frauen- und Kindergesundheit“ |