

# Einladung

zum

## Gesundheitstag

der Gesunden Gemeinde Pötting

**15. März 2025**  
**9.00 – 14.30 Uhr**  
**Volksschule**  
**Pötting**

**Themen:**

- Ernährung
- Gesundheit
- Erste Hilfe
- Bewegung
- Entspannung

Für das  
leibliche Wohl  
sorgen die  
Volksschüler

Mehr Infos  
zum  
Programm auf  
der  
Rückseite! →



## Rahmenprogramm und Vorträge:

- 9.00 Uhr**      **Eröffnung und Begrüßung:**
- Musikalische Darbietung durch die Volksschüler und die Kindergartenkinder
  - Step-Aerobic-Vorführung durch den ASKÖ Pötting
- 9.45 Uhr**      **Susanne Sigl (Coaching-Beratung-Lerntraining):** „Lernen einfacher gemacht“
- 10.00 Uhr**      **Rotes Kreuz:** Reanimations- und Defibrillatorvorführung für Kinder
- 10.45 Uhr**      **Elisabeth Haberfellner (Dipl. Gesundheits- und Ernährungspädagogin):**  
„Ein Wunsch ändert nichts, ein Entschluss ändert alles!“ Mit kleinen Schritten, dein Ernährungsverhalten nachhaltig verbessern.
- 11.45 Uhr**      **Jutta Sittenthaler und Sarah Lehner (Physiotherapie):** „Alles rund ums Becken – Stabilität und Halt im Alltag“ (für Frauen und Männer)
- 12.45 Uhr**      **Birgit Kalhs (Kunsttherapeutin):** „Dem Erleben Farbe geben – Was bedeutet Kunsttherapie?“
- 13.30 Uhr**      **Dr. med. Bernadette Hörfarer:** „Palliativmedizin“

## Aussteller:

- **Rotes Kreuz, Dienststelle Grieskirchen:** Reanimations- und Defibrillatorschulung, Blutdruckmessung und Infostand
- **Sozialversicherungsanstalt der Selbstständigen (SVS):** 3S - Check (Stabilität, Sensomotorik, Symmetrie) und Infostand
- **Dr. Georg Hinterberger (Neurologe):** Beratungsgespräche
- **Dr. med. Bernadette Hörfarer:** Beratungsgespräche Palliativmedizin
- **Andrea Hinterberger:** Cranio Sacral Praktikerin und gewerbliche Masseurin
- **Jutta Sittenthaler und Sarah Lehner:** Physiotherapeutinnen
- **Michael Maurer – Boanawerk:** Osteopathie und Heilmassage
- **Optiker Aigner:** Seh- und Hörtest
- **Anton Hörmandinger – Sueno Design:** Schlafsysteme
- **Zivilschutzverband:** Infostand
- **Simone Oberauer:** Fuß- und Nagelpflege
- **Susanne Sigl (Coaching-Beratung-Lerntraining):** Gehirnleistungsanalyse
- **Franz Wagenleitner:** Bestsellerautor von Gesundheitsbüchern, Verkauf von Naturprodukten und Nahrungsergänzungsmitteln
- **Familie Mairhofer:** Nudeln und Geschenksideen
- **Christoph Schürz:** Äpfel, Honig, Schnapsprodukte
- **Familie Hörmandinger:** Cider- und Schnapsspezialitäten

***Auf zahlreichen Besuch  
freut sich  
das Team der  
Gesunden Gemeinde  
Pötting!***