

Gesundheitsstraße:

(im Foyer)

15.00 – 18.00 Uhr:

Lungenfunktionsmessungen –
Amt der Kärntner Landesregierung

LAND KÄRNTEN

Balance-, Gleichgewichts- und Aktivitätstest-
ASKÖ Kärnten



Hörtest – Neuroth



BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

Blutzucker- und Blutdruckmessungen

Notruftelefon/Notfallwahren

AVS Mobile Pflege/Hilfswerk/Rotes Kreuz



Am Lieke zum Anrufcenter

AiB Probemassagen und physiotherapeutische
Übungen gegen Nackenschmerzen und
Wirbelsäulenbeschwerden
koordinative Übungen Demenz



Impulsvorträge

„Geistig fit bis ins hohe Alter“:

(im Seminarraum)

15.00 – 16.00 Uhr

„Worauf warten? Die Tür zur
eigenen Glücksfähigkeit öffnen“
Mag. Irmgard Grauf, WIFF Frauen- und
Familienberatungsstelle Völkermarkt



Frauen- und Familienberatung
Völkermarkt

16.00 – 17.00 Uhr

„Train your Brain – Gehirnjogging für
Anfänger und Fortgeschrittene“
Petra Stöckl, BScN, MAS-Demenztrainerin und
Stammtischleitung für pflegende Angehörige

17.00 – 18.00 Uhr

„Wenn die Seele weint“
Diana Kollé, pro mente Kärnten GmbH
Erste Hilfe für die Seele-Trainerin
Fachbereichsleitung Training/Prävention



Informationsstände:

(im großen Saal)

- AIB • AVS • Ehrenamt St. Kanzian • EKIZ Völkermarkt • Frühe Hilfen Kärnten • Frühchen Eltern Kärnten • Gemeinsam Sicher in Völkermarkt • Hilfswerk Kärnten • Pflegekoordination St. Kanzian, Michelle Dunskjy • Pflegestammisch St. Kanzian • pro mente Kärnten • Rotes Kreuz • Still- und Babygruppe St. Kanzian • Sanitätshaus Maierhofer • Seniorencafé Lebensfreude, Anita Dunst • WIFF Völkermarkt • WOHIN

Amtliche Mitteilung!
zugestellt durch post.at



St. Kanzianer Gesundheitstag im K3

Reise ins Vergessen –
Leben mit Demenz

Samstag, 15. Juni 2024



Moderation:
Dr. Dieter Michael Schmidt

GESUNDHEITSTAG



Sehr geehrte St. Kanzianerinnen und St. Kanzianer, geschätzte Damen und Herren!

Durch den Gesundheitstag werden wieder Akzente zur Steigerung des persönlichen Gesundheitsbewusstseins gesetzt. Die Gesunde Gemeinde St. Kanzian leistet seit vielen Jahren einen wichtigen Beitrag im Bereich der Gesundheitsförderung. Das immer größer werdende Interesse an Gesundheitsthemen und die wachsende Teilnahme an diversen präventiven Maßnahmen sind der beste Beweis dafür, dass die Sensibilisierung der Bevölkerung für ihre eigene Gesundheit spürbar zunimmt.

Durch die steigende Lebenserwartung sind wir alle gefordert, möglichst lange bei guter Gesundheit zu bleiben. Gezielte Angebote für alle Generationen sollen das Gesundheitsbewusstsein weiter stärken, zumal sich St. Kanzian durch eine gut ausgebaute Infrastruktur über die Jahre als lebenswerte Zugangsgemeinde etabliert hat.

Ich bin überzeugt davon, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am St. Kanzianer Gesundheitstag von dem umfassenden Angebot profitieren und wichtige Anregungen für sich finden und mit nach Hause nehmen werden.

Ich wünsche den Referenten und Referentinnen sowie allen teilnehmenden Organisationen viel Erfolg und gutes Gelingen!



Ihr Bürgermeister:
Thomas Krainz



Finanziert von der Europäischen Union
NextGenerationEU

Bundesministerium
Soziales, Gesundheit, Pflege
und Konsumentenschutz



Liebe Gemeindebürgerinnen und Gemeindebürger, geschätzte Damen und Herren!

Gesundheit ist unser höchstes Gut und macht Menschen zufriedener und glücklicher!

Eine bewusste Ernährung, körperliche und geistige Betätigung sowie Prävention schaffen Ausgeglichenheit und Wohlbefinden. Der Grundstein für ein gesundes, langes Leben wird jedoch schon in der Kindheit und Jugend gesetzt. Ein verantwortungsvoller Umgang mit sich selbst, positives Denken, regelmäßige Entschleunigung und Vorsorge sind Grundpfeiler für ein gesundes Altern.

Als Gesundheitsreferentin der Gemeinde St. Kanzian freut es mich ganz besonders, Ihnen ein vielfältiges und interessantes Programm mit namhaften Referentinnen und Referenten zu präsentieren. Der Gesundheitstag steht unter dem Schwerpunktthema „Reise ins Vergessene - Leben mit Demenz“. Demenz ist eine Veränderung, die nicht nur Einfluss auf das Gedächtnis hat, sondern auch auf die emotionalen und sozialen Fähigkeiten und kündigt sich offenbar schon lange vor dem eigentlichen Krankheitsbeginn an. Anfangs stehen Probleme mit dem Kurzzeitgedächtnis sowie einer gestörten Merkfähigkeit, die oft auf den Alltagsstress zurückgeführt werden.

Wie kann man Demenz vorbeugen? Kann Demenz bei frühzeitiger Diagnose gut behandelt werden? Welchen Einfluss hat Demenz auf den Alltag und wie gehe ich als Angehöriger damit um?

Ich lade Sie herzlich dazu ein, an den Fach- und Impulsvorträgen teilzunehmen, sich bei den Informationsständen der gemeinnützigen, sozialen Organisationen beraten oder sich in der Gesundheitsstraße testen zu lassen!

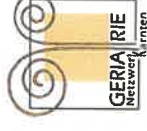
Ich bedanke mich jetzt schon bei allen Mitwirkenden, allen voran bei Dr. Michael Schmidt für die Mitorganisation und gute Zusammenarbeit!

Wir sehen uns am Gesundheitstag!

Ihre Gesundheitsreferentin:

Mag. Daniela Kristof

Fachvorträge „Reise ins Vergessen – Leben mit Demenz“ (im großen Saal)



Moderation:

Dr. Dieter Michael Schmidt
Medizinrat, Präsident Netzwerk
Geriatric Kärnten

18.00 Uhr Begrüßung und Eröffnung
Bürgermeister Thomas Krainz

„Zug des Lebens“
Beitrag Kindergarten Pika
Leitung: **Sabine Berchtold**

18.30 Uhr **Diagnose Demenz –
Krankheitsbild und Verlauf**
OA Dr. Alfred Kuschnig Abteilung für
Neurologie, Leitung Demenzambulanz
Klinikum Klagenfurt

19.00 Uhr **Mobiles Demenzcoaching**
Melanie Maier MBA, Fachbereichsleitung
Menschen im Alter, Diakonie de La Tour

19.30 Uhr „Mama, was ist nur mit Opi los?“ –
**Demenz einfach und altersgerecht
erklärt**

Petra Stöckl, BScN Dipl. Gesundheits-
und Krankenpflegerin, Angehörigen-
begleitung mit Schwerpunkt Demenz

20.00 Uhr „Die Reise ins Vergessen –
Bewegung bewegt“ Fitnessexperte und
Mentalcoach **Willi Pinter**

Zu den einzelnen Vorträgen wird ein Quiz durchgeführt.
Im Anschluss an die Fachvorträge findet die Verlosung
statt!