

**Das Kreuz mit dem Kreuz  
und den Gelenken**

**15.00 Uhr:**

Dr. med. Robert Schmidhofer, Klagenfurt, Reifnitz,  
„Mein Kreuz, meine Gelenke und ICH“

**16.00 Uhr:**

Dr. med. Patricia Winkler-Payer, IntegraMed Klagenfurt,  
„Warum der Bauch das Kreuz belastet“

**17.00 Uhr:**

OA Dr. med. Heinz Bürger, Privatklinik Maria Hilf Klagenfurt,  
„Meine Hand schläft ein – die Finger gehorchen nicht mehr“

**18.00 Uhr:**

OA Dr. med. Helmuth Emser, Klagenfurt, Privatklinik Villach,  
„Schulterschmerzen“

**19.00 Uhr:**

OA Dr. med. Michael Muntean, Humanomed Zentrum Althofen,  
„Lunge in Bewegung – wenn die Luft weg bleibt“



**Medizinische Leitung und Gesamtleitung**  
Gesundheitskompetenzzentrum/Gesundheitstage Kärnten

www.gesundheitstage-kaernten.at  
9062 Moosburg, Sportweg 5  
Tel. 0664/3279062



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ  
KÄRNTEN

 **NEUROTH**  
Besser hören · Besser leben

Aus Liebe zum Menschen.

**Das Kreuz mit dem Kreuz  
und den Gelenken**



**28. und 29. Oktober 2014**

Neue Burg, Völkermarkt  
tägl. von 13 bis 20 Uhr  
mit großer Ausstellung



Nach dem Soziologen Talcott Parsons wird der Begriff „Gesundheit“ wie folgt beschrieben: „Gesundheit ist ein Zustand optimaler Leistungsfähigkeit eines Individuums für die wirksame Erfüllung der Rollen und Aufgaben, für die es sozialisiert wurde.“ Dass diese geforderte optimale Leistungsfähigkeit unserer modernen



Gesellschaft dem Menschen immer mehr abverlangt, zeigt sich nicht zuletzt in der steigenden Anzahl von burn out-Erkrankten und vielen anderen modernen Zivilisationskrankheiten. Aus diesen Erkenntnissen heraus wächst auch das Gesundheits- und Ernährungsbewusstsein in der Bevölkerung, wobei allerdings bei den Männern nur 29% an ihrer Gesundheit interessiert sind, demgegenüber sind es bei den Frauen immerhin 63 %. Schlecht steht es bei den ÖsterreicherInnen allerdings mit der Sport-Begeisterung. Mehr als ein Drittel der Bevölkerung betreibt nie Sport. Veranstaltungen, wie die Kärntner Gesundheits- und Sportmesse, sollen vor allem das Bewusstsein in der Bevölkerung sensibilisieren. Ich hoffe, dass es gelingt, recht viele GemeindebürgerInnen zu motivieren, diese Veranstaltung zu besuchen. Bei Durchsicht des Programmes kann sich sicher jeder von Ihnen mit einem Thema identifizieren, sei es durch persönliche Erfahrung, Interesse an Naturheilmethoden oder dem bereits lang gehegten und noch nicht in Angriff genommenen Vorsatz, sich mehr zu bewegen. Den Veranstaltern dieser Vortragsreihe, dem Gesundheitskompetenzzentrum/Dr. Scheriau und Gesundheitstage Kärnten/Dr. Schmidhofer darf ich schon im Voraus für ihr Engagement danken. An die Völkermarkterinnen und Völkermarkter geht die herzlichste Einladung, recht viele dieser interessanten Vorträge zu besuchen.

StR. Markus Lakounigg  
Referent für Kultur, Jugend und Gesundheit

# Vortragsprogramm

**Dienstag, 28. 10. 2014:**

**13.30 Uhr:**

**Eröffnung der „Lebensfreude - Gesundheits- und Sportmesse Völkermarkt 2014“ durch Bürgermeister Valentin Blaschitz und Gesundheitsreferent Stadtrat Markus Lakounigg**

**Die ersten 200 Besucher erhalten kostenlos ein „Schöller Eis“**

**14.00 Uhr:**

**Prim. Dr. med. Bernd Graf, Privatklinik Maria Hilf Klagenfurt, „Knie- und Hüftgelenksschmerzen – Diagnose und Therapie“**

**15.00 Uhr:**

**Gottfried Pagitz, Dipl. Sportlehrer, CSC Angelini, „Bewegung für Kreuz und Gelenke“**

**16.00 Uhr:**

**MD Prim. Dr. med. Bruno Pramsohler, Privatklinik Villach, „Gesunder Schlaf – gestörter Schlaf“**

**17.00 Uhr:**

**DDr. med. Eberhard Kowatsch, Ebenthal, „Gesunde Ernährung und Verdauung durch guten Biss auch im Alter – meine Zähne sind mir wichtig“**



**Völkermarkt 2014**

## **Das Kreuz mit dem Kreuz und den Gelenken**

**18.00 Uhr:**

**Dr. med. Iris Ogris-Osiander, Privatklinik Maria Hilf Klagenfurt, „Wirbelsäulenerkrankungen – Ursache und Therapie“**

**19.00 Uhr:**

**Dr. med. Rainer Schroth, die Schrothkur Obervellach, „Natürliche Heilmittel für die Gelenke“**

**Mittwoch, 29. 10. 2014:**

**13.15 Uhr:**

**Jasmin Neuhauser, TruAges und der Alterungsprozess, „Kennen sie ihr wahres Alter?“**

**13.45 Uhr:**

**Prof. Dr. med. Michael Ausserwinkler, Villach, Klagenfurt, Prim. Univ. Doz. Dr. med. Ewald Kresnik, Privatklinik Villach, „Rheuma – Schmerzen und Behandlung“**

## **Tägliche Gesundheitsstrasse**

**von 13.00 bis 19.00 Uhr**

**Blutdruck-, Blutzucker- und Cholesterinmessung (AVS Kärnten), Blut-Sauerstoffsättigungs- und Herzfunktionsmessung (Rotes Kreuz Kärnten)  
Hörtest (Neuroth), Sehtest (Optik Kristof)  
Fittestest (G´ sund im Job)**