



INFORMATIONEN UND BESUCHERINNENSERVICE:

Niederösterreichische Gebietskrankenkasse, gesundheit-fuer-sie@noegkk.at

Organisation und Gesamtverantwortung: KRⁱⁿ Christa Bogath

WWW.GESUNDHEITFUERSIE.AT



*Gesundheit
für Sie*

FRAU MIT HERZ

8. - 9. November 2013

WIR LADEN HERZLICH ZUR GESUNDHEITSENQUETE 2013.

NEHMEN SIE SICH ZEIT FÜR IHRE GESUNDHEIT!

FREITAG, 8. NOVEMBER 2013

im WIFI St. Pölten, Mariazeller Straße 97

14.00 Uhr Einlass

15.00 Uhr **HERZENSWÄRME – VOM LEICHTEN UMGANG MITEINANDER
IM BERUF UND ALLTAG** (Vortrag)

Mag.^a Natalia Ölsböck, Dipl. Psychologin, Wirtschafts- & Kommunikationstrainerin

17.00 Uhr **ERÖFFNUNG UND BEGRÜSSUNG**

im Anschluss **FRAUEN UND HERZGESUNDHEIT: WO STEHEN WIR HEUTE?** (Vortrag)

Univ. Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Margarethe Hochleitner, Fachärztin für Innere Medizin,

Vorsitzende des Arbeitskreises für Gleichbehandlungstragen Med Uni Innsbruck

im Anschluss **FRAU MIT HERZ** (Podiumsdiskussion)

Diskutanten und Diskutantinnen in alphabetischer Reihenfolge:

Mag.^a Alexandra Benn-Ibler, TUT GUT

Mag.^a Alexandra Beroggio, Österreichisches Rauchertelefon

Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ med. Margarethe Hochleitner

Mag.^a Natalia Ölsböck

Mag.^a pharm. Irina Schwabegger-Wager, Vorstandsmitglied der

Österreichischen Apothekerkammer

A.o. Univ. Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Jeanette Strametz-Juranek

Primar Univ. Doz. Dr. Sebastian Globits, Ärztliche Leitung

Herz-Kreislaufzentrum in Groß Gerungs

im Anschluss **EINLADUNG ZUM BUFFET**

Es erwartet Sie ein umfangreiches und interessantes Programm mit Vorträgen, Beratungen, Gesundheits-Checks, Podiumsdiskussion und Kabarett.

Während der gesamten Veranstaltung kostenlose Kinderbetreuung, Verlosung von Preisen, Eintritt ist frei!

MODERATION: Inge Winder, ORF NÖ

SAMSTAG, 9. NOVEMBER 2013

im WIFI St. Pölten, Mariazeller Straße 97

9.00 Uhr Einlass

10.00 Uhr **DIE RÖLLE VON BEWEGUNG BEI HERZKREISLAUFPRÄVENTION
UND -ERKRANKUNGEN** (Vortrag)

OÄ.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Andrea Podolsky, Internistin, Sportmedizinerin

11.00 Uhr **WENN SICH IHRE GESUNDHEIT IN RAUCH AUFLÖST** (Vortrag)

Mag.^a Alexandra Beroggio, Klinische- und Gesundheitspsychologin,

Österreichisches Rauchertelefon

13.00 Uhr **BEHERZT MEIN LEBEN GESTALTEN –
UNERFREULICHES WENIGER ZU HERZEN NEHMEN** (Vortrag)

Mag.^a Monika Herbstrith-Lappe, High Performance Coach

14.00 Uhr **WIE NEHME ICH MEINE BLUTDRUCKMEDIKAMENTE
RICHTIG EIN?** (Vortrag)

Mag.^a pharm. Yvonne Heckl, Apothekerin

15.00 Uhr **ESSEN FÜR'S HERZ** (Vortrag)

Alexandra Haupt MSc., Diätologin, FH-Dozentin Studiengang Diätologie

16.00 Uhr **HERZKREISLAUFPRÄVENTION: „IHR“ HERZ IST
ANDERS ALS „SEINES“** (Vortrag)

Univ.-Lekt. Dr. med. Michael Sponder MPH, Mediziner

18.00 Uhr **PAPA M.B.H.** (Kabarett)

Christoph Fälbl

im Anschluss **GEDANKENAUSTAUSCH BEI KAFFEE UND KUCHEN**