

**GESUND  
IM LEBEN SEIN**

**WEGE ZUM EIGENEN  
WOHLBEFINDEN**

# **GESUNDHEITSTAGE GUSENHALLE GALLNEUKIRCHEN**

**30. September – 2. Oktober 2016**

**Fr. 15 – 19 Uhr**

**Sa.+So. 9 – 17 Uhr**

**Info- u. Beratungsbereich freier Eintritt**



**Veranstalterin:**

**Praxis Irmgard Kogler, Punzenberg 15, 4210 Gallneukirchen**



unterstützt  
durch:





## **Liebe Gallneukirchnerinnen, liebe Gallneukirchner!**

„Die Gesundheit ist unser höchstes Gut.“ – Umso wichtiger ist es heutzutage, dass wir unsere Gesundheit selbst in die Hand nehmen. Mit gezielten Vorsorgemaßnahmen können wir fit und gesund bleiben. Daher kommt der Gesundheitsvorsorge ein immer größerer Stellenwert zu, denn sie bewirkt eine Verbesserung der Lebensqualität.

Die Gallneukirchner Gesundheitstage bieten auch heuer wieder eine hervorragende Gelegenheit, sich über alles Wissenswerte zu den aktuellen Gesundheitsthemen zu informieren. In verschiedenen Vorträgen erfahren Sie mehr über wohlüberlegte Maßnahmen, die Krankheiten verhindern können, das Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit steigern können oder über die Gesundheitsprävention, die auch Spaß machen kann. Oft lösen sich damit kleinere Gesundheitsprobleme in Luft auf.

Dank des Ärzteentrums und den Ordinationen im Stadtzentrum bietet unsere Stadt in allen Bereichen der Medizin eine hervorragende Versorgung. In diesem Sinne möchte ich mich bei Frau Irmgard Kogler sehr herzlich für die Organisation der „3. Gesundheitstage Gallneukirchen“ bedanken. Ein herzlicher Dank auch allen Ausstellern, Referentinnen und Referenten. Alle Gallneukirchnerinnen und Gallneukirchner lade ich herzlich ein, dieses tolle Angebot der Gesundheitstage zu nutzen!

Gisela Gabauer  
Bürgermeisterin



## **Initiatorin, Organisatorin und Veranstalterin der Gesundheitstage in Gallneukirchen**

Punzenberg 15, 4210 Gallneukirchen

Tel. +43 664 5407392

Email: [office@gluecklich-sein.at](mailto:office@gluecklich-sein.at)

Homepage: [www.gluecklich-sein.at](http://www.gluecklich-sein.at)

Auch heuer ist es mir eine große Freude, die Gesundheitstage Gallneukirchen zu veranstalten. In Anlehnung an das Thema der Gesunden Gemeinde Gallneukirchen „Gesund im Leben stehen“ habe ich gemeinsam mit meinen KollegInnen das Motto „Gesund im Leben sein - Wege zum eigenen Wohlbefinden“ gewählt.

In den komplementären Angeboten legen wir großen Wert darauf, die Schulmedizin nicht zu ersetzen – sondern zu ergänzen. Gleichzeitig sind wir uns bewusst, dass „GESUND SEIN“ nicht nur von „Behandlungen“ abhängt, sondern noch viel mehr dahinter steckt. Sich gesund zu ernähren, sich zu bewegen, in die geistige Stille zu kommen, ist wichtig und wertvoll. Auch eine Freundschaft zu sich selbst und dem eigenen Körper ist förderlich.

Jede/r von uns definiert das eigene Wohlbefinden und Gesundheit in seiner/ihrer ganz persönlichen Art. Bei den Gesundheitstagen haben Sie über 2½ Tage die Möglichkeit, unterschiedlichste Methoden und Ansätze bei Therapeutinnen und Therapeuten kennenzulernen, auszuprobieren, in Austausch zu kommen und sich beraten zu lassen.

Nutzen Sie die Möglichkeit des persönlichen Kontakts zu den Therapeutinnen und Therapeuten und lassen Sie sich vom Vortrags- und Workshopangebot inspirieren. Ich freue mich, wenn etwas für SIE dabei ist!

## Gesund im Leben sein – Wege zum eigenen Wohlbefinden

Der Blick auf die eigene Gesundheit, die Art, wie wir uns im Gesundheitssystem zurechtfinden und bewegen, und schließlich der Umgang bei Erkrankung und Diagnosen, bewegt in diesen Zeiten viele von uns.

Das Gesundheitssystem ist im Umbruch, der Vorsorge und Selbstkompetenz wird immer mehr Aufmerksamkeit geschenkt – und bei den Therapiekonzepten denkt man schon lange nicht mehr ausschließlich schulmedizinische Möglichkeiten an. Bei der Wahl von Behandlungswegen entscheiden sich daher viele Menschen für eine Kombination aus schulmedizinischen Therapien und komplementären Maßnahmen. Doch: Was hilft? Was passt zu mir und meiner Situation? Was ist gut kombinierbar? Was ist verlässlich, seriös und tut mir gut?

Bei der Suche nach der passenden Begleitmaßnahme sind viele oft verunsichert und ratlos.

### Erweiterter Überblick in Theorie und Praxis

Die nunmehr dritten Gesundheitstage Gallneukirchen sollen Interessierten und Ratsuchenden einen erweiterten Überblick über die verschiedenen Zugänge und Methoden in Theorie und Praxis geben. Ärzte, Therapeut/-innen, Beratern/-innen stehen den Besuchern mit einem breit gefächerten Programm an Vorträgen und Workshops zur Verfügung. Im persönlichen Austausch können an den Infoständen Anregungen und Informationen für individuelle ganzheitliche Wege geholt werden. Einige der Aussteller/-innen und Vortragenden stellen vor Ort auch kostenfreie Schnupperanwendungen zur Verfügung.

Mit an Bord ist auch heuer wieder das Team der Gesunden Gemeinde, mit dem auch die Themenwahl entwickelt wurde. Die von der Gesunden Gemeinde organisierte Vortragsreihe zur Krebsvorsorge am Freitagnachmittag ist eine ideale Kombination zum weiterführenden Programm der Gesundheitstage.

Etwa 20 Fachfrauen/männer aus Natur- und traditioneller Medizin, Körpertherapien verschiedener Richtungen, psychologischer Beratung, Energetik, Orthopädie, Klangtherapie und von komplementärmedizinisch orientierten Instituten informieren und beantworten die Fragen der Besucherinnen und Besucher.

Umfassend informative Tage und bereichernde Kontakte verspricht das vorliegende Programm – Ablaufplan und detaillierte Informationen sind auf den Folgeseiten dieses Heftes zu finden. Die Eintrittspreise sind aus dem Ablaufplan ersichtlich, auf Nachweis gibt es ermäßigte Tickets für SchülerInnen, StudentInnen und SeniorInnen.

*Tu deinem Leib etwas Gutes,  
damit deine Seele Lust hat,  
darin zu wohnen.*

*Theresa von Avila*

### Impressum

Inhaltliche Verantwortung: Einleitungstexte: Irmgard Kogler; Beiträge, Beschreibungen von Methoden/ Workshops/Vorträgen und Bilder die jeweiligen TherapeutInnen/VertreterInnen von Methoden

## **Programmübersicht Vortragssaal - Samstag 1. Oktober 2016**

- 10.00-10.50 Uhr - Vortrag mit Primar Dr. Bernhard Haider  
**Neurologische Rehabilitation- häufige Krankheitsbilder und Vorstellung der Reha-klinik Enns**  
Kosten: € 5,00
- 11.00-11.50 Uhr - Vortrag mit Dr. med. Wolfgang Kölbl aus Graz  
**„Diagnose Krebs - wie Heilung wirklich geschieht“**  
„Wunderheilungen“ - und ihre Bedingungen..  
Mein Potential, dem Schicksal die Richtung zu geben.  
Kosten: € 5,00
- 12.00-12.50 Uhr - Impulsvortrag mit Andrea Haneder, Dr. Christina Loibl, Rosvita Kröll  
**Miteinander reden - gesund und lebensdienlich** - Das 4-Schritte-Modell der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg  
Kosten: € 5,00
- 13.00-13.50 Uhr - Vortrag mit Anita Putscher  
**„Neues Bewusstsein in der Sexualität“**  
Wie spürt sich Lebenslust für dich an?  
Kosten: € 5,00
- 14.00-15.45 Uhr - Podiumsgespräch mit elisana, ExpertInnen und Betroffenen  
**„Rehabilitation & Begleitung bei Krebs - ganzheitlich-ambulant-individuell“**  
Wege zur Stärkung der Allgemeinverfassung, Linderung von Nebenwirkungen und Förderung der inneren Balance  
kostenfrei
- 16.00-18.00 Uhr - Impulsworkshop mit Dr. med. Wolfgang Kölbl  
**„Symptom-Aufstellungen und der Weg zur Selbstheilung“**  
Kosten: € 15,00/für Anliegenbringer € 50,00

## **Programmübersicht Vortragssaal - Sonntag 2. Oktober 2016**

- 10.00-10.50 Uhr Vortrag mit Michaela Hofer-Fernbach und Ulrike Schüller, DLB  
**„Aktiv und stressfrei mit wingwave®Coaching“**  
Kosten: € 5,00
- 11.00-11.50 Uhr Impulsworkshop mit Sabine Edelsbacher  
**“Lass’ Deine Seele singen – auch im Winter!”**  
Aufwärm- und Cooldown Übungen für Sing- und Sprechstimme zur Erkältungsvorbeugung  
Kosten: € 5,00

- 12.00-12.50 Uhr Vortrag mit Bernadette Prieschl  
**„Psychische Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz – gute praktische Lösungen“**  
 Kosten: € 5,00
- 13.00-14.50 Uhr Vortrag mit Elke Schneider aus Kufstein/Rosenheim  
**Biotop Mensch - Liebe deine Darmbakterien**  
 Kosten: € 25,00
- 15.00-15.50 Uhr Vortrag mit Ing. Robert Rosenauer „Wir Mühlviertler“  
**„Wir Mühlviertler - Autark leben als Alternative“**  
 Gelebte Regionalität am Beispiel „Gesunde Ernährung aus Gemeinschaftsäckern“  
 kostenfrei!

### **Programmübersicht - Workshop im Jugendraum**

- Samstag 1.10. - 10.00-14.00 Uhr  
**5-Elemente-Ernährung nach TCM, Fachvortrag und Kochworkshop**  
 Alle Organe werden genährt und das Immunsystem gestärkt.  
 Workshopleiterin: Roswitha Fehrer aus Steyr  
 Kosten: € 30,00
- Sonntag 2.10. - 9.00-13.00 Uhr  
**Kräuterkochkurs mit Einführung in die Kräuterlehre**  
 Workshopleitung: Romana's Kräuterei  
 Kosten: € 19,00
- Sonntag 3.10. - 14.00-16.00 Uhr  
**Wildkräuter - Salbenworkshop**  
 Workshopleiterin: Silva Zweimüller  
 Kosten: € 25,00

**Anmeldung zu den Workshops erbeten - möglichst eine Woche vor Beginn, da die Lebensmittel eingekauft werden! Es ist nur eine begrenzte Teilnehmeranzahl möglich!**

**Im Workshoppreis sind die Materialkosten inkludiert und fertiggestellte Gerichte werden gemeinsam verkostet bzw. Salben können mitgenommen werden.**

**Programmänderungen an beiden Tagen vorbehalten!**





### Referent

Sa. 1.10. - 10 Uhr

## Prim. Dr. Bernhard Haider

Arzt für Allgemeinmedizin und  
Facharzt für Neurologie in eigener  
Wahlarztordination in Mauthausen  
Rathausstraße 2, 4310 Mauthausen  
Tel. +43 7238/20612  
Homepage: [www.neurologie-haider.at](http://www.neurologie-haider.at)  
Email: [office@dieneurologen.at](mailto:office@dieneurologen.at)

Leiter der neurologischen  
Abteilung der Rehaklinik Enns  
Tel. +43 7223/82 828 – 0  
Homepage: [www.rehaenns.at](http://www.rehaenns.at)  
Email: [bernhard.haider@rehaenns.at](mailto:bernhard.haider@rehaenns.at)

Prim. Dr. Haider absolvierte seine Ausbildung zum Neurologen im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Linz und am ehemaligen Wagner Jauregg. Seit 2014 ist er als Wahlarzt in Mauthausen tätig. In den Räumlichkeiten der alten Apotheke in der Rathausstraße bietet er Abklärung von (ein ENG/EMG Gerät, sowie ein EEG stehen zur Verfügung) und Betreuung bei neurologischen Erkrankungen. Im Mai 2015 wurde am Standort des ehemaligen LKH Enns eine Rehaklinik neu eröffnet. Er leitet dort die neurologische Abteilung.

### Neurologische Rehabilitation:

Das Leistungsangebot ist spezialisiert auf die Behandlung von Patienten bei oder nach einer neurologischen Erkrankung, wobei von Physiotherapie über Diätologie bis hin zur Ergotherapie ein breites Spektrum angeboten wird.

### Vortrag:

Neurologische Rehabilitation - häufige Krankheitsbilder, Vorstellung der Rehaklinik Enns



### Referent

Sa. 1.10. - 11 Uhr

Sa. 1.10. - 16 Uhr

## Dr. med. Wolfgang Koelbl

Arzt für Allgemein- und Komplementärmedizin,  
Naturheilkunde und medizinische Systemik,  
Bewusstseinsentwicklung, Energetiker,  
integrales Coaching  
Institut für Energie - Heilkunde - Bewusstsein

Stiftingtalstraße 343 b, 8010 Graz  
Tel. +43 650 2420 411  
Homepage: [www.heliankar.com](http://www.heliankar.com)  
Email: [heliankar@gmx.at](mailto:heliankar@gmx.at)

### Vortrag

### „Diagnose Krebs - wie Heilung wirklich geschieht!“

„Wunderheilungen“ - und ihre Bedingungen.  
Mein Potential, dem Schicksal die Richtung zu geben.

- Die Kraft der inneren Bilder
- Schicksal als Chance nutzen

### Praxis orientierter Impulsworkshop

### „Symptom-Aufstellungen und der Weg zur Selbst-Heilung“

In dieser systemischen Aufstellungsarbeit wird der Zusammenhang von „Beziehungen heilen“ und „ganzheitlich Gesundheit erlangen“ konkret erlebbar.

Unsichtbares wird ins Licht geführt. Das macht frei, aus der Fülle zu leben.



**Roswitha Fehrer**

Ernährungsberatung, Kochkurse, Vorträge  
Autorin von 3 Kochbüchern

Referentin/  
Workshopleiterin  
Sa. 1.10. - 10-14 Uhr

Resthofstraße 60, 4400 Steyr  
Tel. +43 664 5344904

**5-Elemente-Ernährung nach TCM  
Fachvortrag und Kochworkshop**

Alle Organe werden genährt und dadurch das Immunsystem gestärkt.

Kosten: € 30,00

Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

**„Nahrung muss Energiezufuhr sein und  
das Immunsystem stärken“**



**Bernadette Prieschl**

Praxis für psycho-soziale Gesundheitsförderung  
am Arbeitsplatz

Referentin  
So. 2.10. - 12 Uhr

Föhrenweg 16, 4210 Gallneukirchen

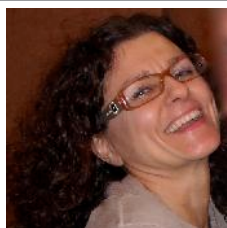
Tel. +43 0664 5729838

Email: [office@prieschl-coaching.at](mailto:office@prieschl-coaching.at)

Homepage: [www.prieschl-coaching.at](http://www.prieschl-coaching.at)

**Vortrag:  
Psychische Gesundheitsförderung am  
Arbeitsplatz – gute praktische Lösungen**

Mehr dazu finden Sie auf der Homepage oder  
auf der aufgelegten Vortragsinfo!



**Elke Schneider**

Darm-Gesundheit ist die Voraussetzung  
für ein starkes Immunsystem und einen

Referentin  
So. 2.10. - 13 Uhr

funktionierenden Stoffwechsel!

Unterer Stadtplatz 11, 6330 Kufstein/Rosenheim

Tel. +43 676 5447126, +43 5372 22430

Email: [elke.schneider@biotop-mensch.com](mailto:elke.schneider@biotop-mensch.com)

Homepage: [www.biotop-mensch.com](http://www.biotop-mensch.com)

**Vortrag:  
Biotop Mensch - Liebe deine Darmbakterien**

Mehr dazu finden Sie auf der Homepage oder  
auf der aufgelegten Vortragsinfo!



**Romana MARIHART**

Dipl. Kräuterpädagogin  
Dipl. Grüne Kosmetik Pädagogin

Referentin/  
Workshopleiterin  
So. 2.10. - 9-12.30 Uhr

Gusenstraße 13, 4223 Katsdorf

Tel. +43 650 233 11 66

Email: [info@romanas-kraeuterei.at](mailto:info@romanas-kraeuterei.at)

Homepage: [www.romanas-kraeuterei.at](http://www.romanas-kraeuterei.at)

**Workshop:  
Wildkräuter-Kochkurs**

Kosten: € 19,00

Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

Max. 15 TeilnehmerInnen



**Silvia Zweimüller**

Diplomierte Gesundheits – und Kranken-  
schwester/Akademische Expertin für Arznei-

Referentin/  
Workshopleiterin  
So. 2.10. - 14-16 Uhr

pflanzen und Wildkräuter/Autorin des Buches:  
Do it yourself Heilsalben – Freya Verlag

Spielbergstraße 20, 4222 Langenstein  
Tel. +43 676 88680314  
Email: [silvia.zweimüller@aon.at](mailto:silvia.zweimüller@aon.at)

**Workshop:**

**Wildkräuter - Salbenworkshop**

Kosten: € 25,00

Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

# SCHAFFELHOFER



MARKTPLATZ 7  
4210 GALLNEUKIRCHEN  
TEL.: 07235/6 22 36  
FAX: 07235/6 20 57  
e-mail: [office@schaffelhofer-gmbh.at](mailto:office@schaffelhofer-gmbh.at)

GmbH



kabel-tv internet telefon

KOMMUNIKATIONS-TECHNIK HIFI VIDEO ELEKTROGERÄTE FACHWERKSTÄTTEN

## DIE BÜCHER INSEL

**„lesen hilft. Immer.“**

Die Bücherinsel ist auf ganzheitliche Gesundheitsthemen spezialisiert. Unsere fachlich kompetenten Mitarbeiterinnen haben ein offenes Ohr für Ihre Anliegen und stehen Ihnen gerne mit ihrem persönlichen Wissen zur Seite. Informieren Sie sich auch auf unserer Homepage über die laufenden Veranstaltungen.

Bücher können bei den Gesundheitstagen vor Ort gekauft werden!

**Genießen Sie dabei eine Tasse unseres neuen „Lesezeit-Tees“!**

Hauptstraße 7, 4210 Gallneukirchen  
Tel. +43 7235 62513  
[www.buecherinsel.at](http://www.buecherinsel.at)

Stand Nr. 01



Hauptstraße 55  
4210 Gallneukirchen  
Tel. +43 7235/62364  
Mob.+43 664/4036845  
[www.blumenboehm.at](http://www.blumenboehm.at)  
Öffnungszeiten: Mo-Fr. 8-18 Uhr  
Sa 8-12:30 Uhr





Stand Nr. 02

## Ing. Gustav Lehner

Dipl. Shiatsu Praktiker, Kräuterpädagoge,  
Humanenergetiker

Jakob-Brunner-Straße. 4, 4210 Gallneukirchen

Tel. +43 664 73602126

Email: [gl@gesundheits-center.at](mailto:gl@gesundheits-center.at)

Homepage: [www.gesundheit-aktiv.at](http://www.gesundheit-aktiv.at)

### Shiatsu

basiert auf der Lehre der 5 Wandlungsphasen und stellt in seinen Ursprüngen eine Arbeit an den Meridianen (Energielinien) der Klienten dar und soll Qi (Energie) in Bewegung setzen. Der Praktiker setzt Finger, Hände, Ellenbogen und auch Knie ein und arbeitet teils mit sanftem, teils mit intensivem Druck sowie mit Rotationen, Dehnungen und rhythmischen

Bewegungen (Rocking) am Körper des Empfängers. Die Behandlung findet am bekleideten Klienten statt und wird am Boden auf einer speziellen Matte ausgeführt.

Die Massagetechnik und Behandlungstechniken sind sowohl bei Erwachsenen als auch bei Babys, Kleinkindern und Kindern im Schulalter eine hilfreiche Unterstützung.

### Themen:

Unterstützung bei der Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Auflösen von vererbten und übertragenen Mustern, Stresssymptomen & depressiven Verstimmungen, Anspannung und Burnout. Auflösen von negativen Energien und Schwingungen. Natur- und Landschaftsvermittlung

### Angewandte Methoden:

*Shiatsu Massage • Reflexzonenmassage • Kräuter Öl Massagen • Klangschalenmassage • Energetisches Räuchern • 5-Elemente- Ernährungs- Beratung • Klein'sche Methode • Naturrituale • Naturlehr- und Kräuterwanderung*



Stand Nr. 03

## Darius Matthias Ghamarian

Diplomierter Shiatsu-Praktiker entsprechend den Richtlinien des ÖDS (Österreichischer Dachverband für Shiatsu) seit 2005

Auweg 2, 4210 Gallneukirchen

Tel. +43 650 8306998

Email: [darius.ghamarian@shiatsu-ooe.at](mailto:darius.ghamarian@shiatsu-ooe.at)

Homepage: [www.ghamarian.shiatsu-ooe.at](http://www.ghamarian.shiatsu-ooe.at)

Entspannung, Beweglichkeit, Körperbewusstsein, Schmerztherapie, Vitalisierung, Narbenbehandlung, Selbstheilungskräfte, psychische Unterstützung, Entgiftung

Im Fokus meiner achtsamen Behandlungen

stehen vier große Körpersysteme, die für die Selbstregulation des Körper-Geist-Seele Kontinuums von Bedeutung sind. Jedes für sich stellt einen spezifischen Ausdruck des Lebens dar:

- das strukturelle System - Muskeln, Faszien, Gelenke, Sehnen, Bänder
- das viszerale System - innere Organe, Herzkreislaufsystem
- das Cranio-Sakrale System - Schädel, Kreuzbein und deren Verbindungen
- das Energiesystem - das Gewebsstrukturen, Flüssigkeiten und Nervensystem umhüllt.

Meine Behandlungen zielen darauf ab, Austausch und Kommunikation dieser Systeme miteinander zu fördern, um eine optimale Integration der jeweiligen Behandlungsimpulse in den Gesamtkörper zu erwirken.

### Ausbildungen als:

Shiatsu Praktiker  
Ergotherapie



**Alexandra Ausserwöger** Stand Nr. 04

*EMail: alex@gallneukirchen.net*

Das Team der Gesunden Gemeinde Gallneukirchen erreichen Sie entweder im Stadtamt oder persönlich per E-Mail und Telefon:

Christa Plakolm: Tel: +43 7235 63155

*Email: stadtgemeinde@gallneukirchen.ooe.gv.at*

Ganzheitlich gesund in Gallneukirchen

Auch 2016 wird wieder ein möglichst breit gefächertes Angebot aus medizinischen und psychosozialen Bereichen, aber auch Ernährung

und Bewegung für unsere Gallneukirchner Bevölkerung interessant verpackt.

Jahresschwerpunkt der „Gesunden Gemeinde“ 2016/17 lautet „Gesund im Leben stehen. Zu diesem umfassenden Thema hat sich der zuständige Arbeitskreis, unter der Leitung von Alexandra Ausserwöger, wieder einiges überlegt und organisiert. Ein wichtiges Thema dazu ist die Krebsprävention zu der es viele Fachvorträge geben wird. Außerdem werden alle laufenden Projekte, die sich bereits bewährt haben, wie z.B. „Gesunde Küche“, „Gesunder Kindergarten“ und das „Genußradln“ weitergeführt.

Gerne unterstützen wir die Gesundheitstage, da auch hier vieles vorgestellt wird, dass dem einen oder anderen bei seiner Gesunderhaltung behilflich sein kann.

Nähere Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen findet man auf der Homepage der Stadtgemeinde Gallneukirchen.



Stand Nr. 05

**Caroline Binder-Pöstinger**

**XILING - natürlich.mode.bewusst**

Fachhandel für ökologische, fairgehandelte, Kleidung  
Ganzheitliche Bekleidungsberatung  
Referentin zum Thema „Gesunde Kleidung“

Rainerstraße 15, 4020 Linz

Tel. 0732/665677

*Homepage: www.xiling.at*

**Die KLEIDUNG - mehr als nur Hülle und Schmuck**

Berufliche und private Lebenssituationen wirken sich nachweislich auf Körper, Geist und Seele

aus. Richtig gewählt, kann die Kleidung, die uns umhüllt (unsere 2. Haut) das ganzheitliche Wohlbefinden unterstützen, stärken und ausgleichend harmonisieren - sowohl im alltäglichen gesunden Leben, als auch in Zeiten der Rekonvaleszenz, des Wechsels u.v.m.

Im XILING - Zentrum für Ganzheitliche Bekleidungsberatung - entwickle ich zusammen mit den KlientInnen individuelle Bekleidungskonzepte, welche u.a. die Wahl der Bekleidungsmaterialien aus Naturfasern, Farbanalyse, Entwicklung des persönlichen Wohlfühlbekleidungsstils, beinhalten.

Die ganzheitliche Bekleidungsberatung stärkt das Selbstbewußtsein, steigert die Lebensfreude und trägt wesentlich zum allgemeinen Wohlfühlen bei.

„Es ist mir eine große Freude und es gibt nichts Schöneres für mich, als Menschen ganzheitlich bei der Wahl der Bekleidung beraten zu dürfen“



### Stand Nr. 06

#### **Mag. Heike Hauser-Rader**

Psychologie, Ganzheitliches Gesundheitsmanagement, Craniosacrale Körperarbeit

Blindendorf 88, 4312 Ried i. Riedmark

Tel. +43 676 9571976

Email: [psychologie.hauser-rader@outlook.at](mailto:psychologie.hauser-rader@outlook.at)

#### **Wenn die Psyche durch den Körper spricht...**

Das bio-psycho-soziale Modell erfasst die ganzheitliche Sichtweise von Gesundheit und Krankheit, welche Körper, Geist, Seele und das soziale Umfeld mit einbezieht. In der Behandlung psychosomatischer Zusammenhänge (Erkrankungen, die durch

psychosoziale Faktoren ausgelöst oder verstärkt werden, sowie körperliche Erkrankungen mit psychosozialen Folgeproblemen) stehen der Klinischen Psychologie methodisch vielzählige Interventionen und Gesprächstechniken zu Verfügung.

Der craniosacrale Behandlungsansatz, der sich aus der Osteopathie entwickelt hat, begegnet emotionalen Belastungen auf der Körperebene und gibt mir als Behandler in neben dem aktiven Zuhören im Gespräch die Möglichkeit, durch sanfte Berührungen und Bewegungen am Körper des Klienten mit den „Händen zu hören“.

Craniosacrale Körperarbeit ist eine Methode die gleichermaßen die Einheit des Körpers und der Psyche, sowie das Wissen um die Fähigkeit des Organismus zur Selbstregulation und die Wechselbeziehungen zwischen (neuro-) anatomischen Strukturen und Funktionen berücksichtigt.



gewaltfreie  
KOMMUNIKATION  
AUSTRIA

### Stand Nr. 07

Referenten

Sa. 1.10. - 12 Uhr

#### **Netzwerk**

#### **Gewaltfreie Kommunikation**

#### **Austria**

vertreten durch:

Andrea Haneder,

Dr. Christina Loibl, Roswitha Kröll

Tel. +43 660 1656525

Email: [andrea.haneder@gmx.at](mailto:andrea.haneder@gmx.at)

Homepage: [www.gewaltfrei.at](http://www.gewaltfrei.at)

#### **Impulsvortrag**

#### **Miteinander reden -**

#### **gesund und lebensdienlich**

Das 4-Schritte-Modell der Gewaltfreien Kommunikation (GFK)  
nach Marshall B. Rosenberg

Wir alle reden miteinander. Einander wirklich zu verstehen und in echter Verbindung miteinander zu sein, stellt uns aber immer wieder vor Herausforderungen.

Die GFK nach M.B. Rosenberg will dazu beitragen, dass wir uns selbst und einander leichter verstehen. Mit dem 4-Schritte-Modell lernen wir zu beobachten statt zu interpretieren, erkennen und benennen wir Gefühle und Bedürfnisse und unterscheiden Bitten von Forderungen.

Wenn wir in Konfliktsituationen unsere eigenen Gefühle und Bedürfnisse bewusst wahrnehmen, werden wir offener und freier, die Anliegen des Gegenübers zu hören. Kennen wir die eigenen und die Bedürfnisse unseres Gegenübers ist es oft nur mehr ein kleiner Schritt zu Lösungen, die alle Beteiligten aus ganzem Herzen mittragen können.

Ein wertschätzender Umgang zu uns selbst und in der Beziehung zu anderen fördert Gesundheits- und Lernprozesse in vielen Lebensbereichen (Schule, Partnerschaft, Arbeitsplatz, .....).



Stand Nr. 08  
Referentin  
So. 2.10. - 11 Uhr

## Sabine Edelsbacher

### „Lass' Deine Seele singen“

Zentrum für Stimm- und Bewusstseinsarbeit  
*Einzelcoaching, Beratung und Seminare*

4224 Wartberg ob der Aist, Arnberg 33

Tel. +43 664 86 83 323

Email: [info@sabine-edelsbacher.com](mailto:info@sabine-edelsbacher.com)

Homepage: [www.sabine-edelsbacher.com](http://www.sabine-edelsbacher.com)

Ich freue mich Sie kennenlernen zu dürfen  
und für mein Angebot zu begeistern.

## Ausdruck durch Stimme und Persönlichkeit

Möchten Sie:

- Sing- und Sprechstimme gesund und lebendig halten?
- vertraut werden mit der Einzigartigkeit Ihres Stimmklanges?
- Ihrer Stimme mehr Ausdruck verleihen?
- Lampenfieber überwinden?
- Ihre innere Kraft im Körper spüren und authentisch sprechen?
- sich vorbereiten für einen Vortrag, Bewerbungsgespräch, Konzert, etc. ?
- durch die Arbeit mit Ihren inneren Stimmen, Träumen und Visionen Ihre Persönlichkeit stärken und Charisma entwickeln?
- Ihre Atem- und Resonanzräume aktivieren und die angenehme Wirkung des Osflows (Schwingungsplattform) für Körper und Spirit kennenlernen?



## Orthovida GmbH.

### Markus Moser

Stand Nr. 09

Orthopädie-Schuhtechnik  
Ziegelbauerstr. 1, 4111 Walding

Tel. +43 664 4226402

Email: [office@orthovida.at](mailto:office@orthovida.at)

Homepage: [www.orthovida.at](http://www.orthovida.at)

Öffnungszeiten:

Mo-Do 9-17 Uhr,

Fr 9-14 Uhr

„Verrechnung mit allen Krankenkassen“

## Orthovida –

### Einen Schritt weiter denken.

Ob orthopädische Maßschuhe, Gesundheitsschuhe, Einlagen, Zurichtungen oder sonstiges Schuhwerk – wir stehen Ihnen sowohl beratend als auch ausführend zur Seite. So können wir Ihnen all das bieten, was für Sie und Ihre Zufriedenheit wichtig ist: orthopädisches Schuhwerk, das wir bestmöglich Ihren Vorstellungen angleichen, passgenaue Einlagen, hohe Qualität, kurze Wartezeiten und absolute Kostentreue.

Ein respektvoller Umgang mit Ihrer Krankheitsgeschichte, Einfühlungsvermögen, Diskretion und Verlässlichkeit sind für uns selbstverständlich.

Wir bemühen uns um Flexibilität bei der Terminvereinbarung. Und sollten Sie nicht zu uns kommen können, wir kommen auch gerne zu Ihnen.



Stand Nr. 10

### **Michaela Hackl**

Haselweg 2/13, 4225 Luftenberg  
0699/10 7000 79

Homepage: [www.polarity-info.org](http://www.polarity-info.org)



### **Daniela Stöckl**



### **Eveline Hartl**

Die aktiven Polarity-Lehrer aus OÖ freuen sich Polarity an den Gesundheitstagen in Gallneukirchen präsentieren zu können.

Die Idee zur Gründung des Vereins ist aus den überaus positiven Erfahrungen der Einzelnen in der Arbeit mit den Methoden des Tschler Polarity entstanden und dem Wunsch, diese Methoden einer breiteren Öffentlichkeit bekannt zu machen und so mehr Menschen den Weg zu einem gesunden und selbstbestimmten Leben aufzuzeigen. Information und Aufklärung ist daher das oberste Ziel der Vereinsarbeit.

Um es breiter zugänglich zu machen ist die Teilnahme an Veranstaltungen und Messen und das Angebot von Weiterbildungen zur Polarity Energiemassage und Polarity Chakrathérapie derzeit im Vordergrund der Aktivitäten.

Kostenlose Schnupperanwendungen zur Aktivierung der Selbstheilung für Haut, Magen und Darm bei uns am Stand, während dieser Tage.



Stand Nr. 11

### **Petra Göweil**

Praxis für Kinesiologie und  
Cranio Sakrale Körperarbeit  
Grillparzerstraße 1, 4210 Gallneukirchen  
Tel.: 0676 9606061,

EMail: [praxis@petra-goeweil.at](mailto:praxis@petra-goeweil.at)

Homepage: [www.petra-goeweil.at](http://www.petra-goeweil.at)

**KINESIOLOGIE** „Ich aktiviere die körpereigenen Selbstheilungskräfte und bringe den Menschen wieder in Balance. Mir ist wichtig eine neue Sichtweise zu erlangen - eine Erkenntnis bringt oft umgehend die Veränderung.“

Die Kinesiologie ist die Lehre von der Bewegung und den Bewegungsabläufen im Körper. Sie ist eine eigenständige Methode zur Gesundheitsförderung und kann Therapien und medizinische Behandlungen wertvoll ergänzen.

Der Muskeltest dient als Arbeitsinstrument. Dieser zeigt den Zustand unseres inneren Gleichgewichts. Mittels Muskeltest können nicht nur Ungleichgewichte im Energiesystem aufgedeckt werden, sondern auch die geeigneten Ausgleichstechniken ermittelt werden. Mit Hilfe von Handmudras setzen wir uns mit Ihrem Thema auseinander und beschäftigen uns auch mit den Botschaften dahinter.



## Stand Nr. 12

### **Annette Ackermann**

Cranio Sacral Praktikerin

Hofbauerweg 17, 4210 Unterweisersdorf

Tel. +43 680 444 92 69

Email: [annett\\_ackermann@web.de](mailto:annett_ackermann@web.de)

### Cranio Sakrale Körperarbeit

#### **Mit dem Herzen hören**

Cranio Fluid Dynamics ist eine sanfte Form Cranio Sakraler Körperarbeit in prozessbegleitender Kombination mit Kinesiologie.

Die bei dieser Methode angewandten Techniken sind nicht auf therapeutisches Eingreifen bei Krankheiten fokussiert, sondern auf die Vielzahl jener Kräfte, die allen Lebewesen zu Gesundheit, Wachstum und Entwicklung verhelfen. Jeder körperliche Zustand kann als Botschaft betrachtet werden, die sich bei genauer Auseinandersetzung als Geschichte zeigt. Somit wird jede Dynamik auf körperlicher, vegetativer oder geistiger Ebene als Teil eines Prozesses betrachtet. Spannungen, Beschwerden und Symptome sind aus diesem Blickwinkel Entwicklungen, die einen Zugang zu verdeckten oder neuen Ressourcen ermöglichen. Alleine Aufmerksamkeit und Zuwendung bringen jene „Geschichte“ zum Vorschein, die jetzt verstanden und verarbeitet werden kann.

Gearbeitet wird am ganzen Körper, mit Schwerpunkt SCHÄDEL (Cranium), Wirbelsäule und KREUZBEIN (Sacrum), daher die Bezeichnung cranio-sakral.



## Stand Nr. 13

### **Taiji & Qigong**

#### **Jijian Lehrinstitut Linz**

Kurse, Seminare, Einzelunterricht,  
Aus- und Fortbildung  
Marlon Hofbauer

Tel. +43 660 5332959

Email: [00001@gmx.at](mailto:00001@gmx.at)

Website: [www.taiji.at](http://www.taiji.at)

Weitere Kursorte: Amstetten, Steyr, Perg, Ried im Innkreis, Waidhofen an der Thaya, Weyer, Waidhofen an der Ybbs, u. a. m.

Taiji & Qigong ist für Menschen aller Altersstufen geeignet. Die Kraft liegt in der aktiven Entspannung, die gleichzeitig anregend wirkt und innere Ruhe und Zentriertheit schafft.

**Qigong**-Praxis ist eine seit Jahrtausenden bewährte Tradition zur Gesunderhaltung von Körper, Geist und Seele. Qigong beinhaltet Übungen in Ruhe und Bewegung, Meridian-Dehnungen, bewusste Atemführung, Achtsamkeit und geistige Sammlung. Der harmonische Fluss der Lebenskraft - Qi - wird gefördert.

**Taiji** ist eine aus China stammende innere Kampfkunst. Es stärkt Knochen, Muskeln, Sehnen und verbessert die Körperhaltung. Selbstwahrnehmung, Konzentration, Entspannung, Geschmeidigkeit und innere Kraftflüsse werden gefördert und entwickelt.





Stand Nr. 14  
Referentin  
Sa. 1.10. - 13 Uhr

### **Anita Putscher, DLB**

Lebensberaterin, Trainerin, Coach, NLP Master  
Supervisorin-ÖVS, wingwave®Coach  
Buchenstraße 14, 4223 Katsdorf  
Tel.: +43 676 74 999 66  
EMail: [anita@putscher.at](mailto:anita@putscher.at)  
Homepage: [www.putscher.at](http://www.putscher.at)



Stand Nr. 14  
Referentin  
So. 2.10. - 10 Uhr

### **Ulrike Schüller, DLB**

Lebensberaterin, Systemische Trainerin,  
wingwave®Trainerin, NLP Master  
Rilkestraße 17, 4053 Haid  
Tel.: +43 664/4452277  
EMail: [info@wegbegleiterin.at](mailto:info@wegbegleiterin.at)  
Homepage: [www.wegbegleiterin.at](http://www.wegbegleiterin.at)



Stand Nr. 14  
Referentin  
So. 2.10. - 10 Uhr

### **Michaela Hofer-Fernbach**

Wir zeigen Ihnen in dieser bewegten Zeit, Wege und Möglichkeiten, weg von Überlastung & Stress, hin zu einem selbstbestimmten, bewussten Leben voller Freude und Kraft!

Burnout-Prophylaxe-Trainerin,  
wingwave®Coach, Kinesiologin  
Am Teich 2, 4112 St. Gotthard  
Tel. + 43 676/814273231  
EMail: [stresswasnun@gmx.at](mailto:stresswasnun@gmx.at)  
Homepage: [www.stresswasnun.at](http://www.stresswasnun.at)



Stand Nr. 15



### **Manuela Ortner**

Tel. +43 699 11382956  
Verein IMPULS- STRÖMEN  
Email: [office@1a-massage.at](mailto:office@1a-massage.at)  
Homepage: [www.1a-massage.at](http://www.1a-massage.at)

### **Impuls- Strömen Altes Volkswissen zur Gesunderhaltung**

Jeder von uns kann es und tut es bereits  
von klein auf – meist jedoch unbewusst.  
Strömen, das Aktivieren körperegener

Energietore mittels unserer Hände und Finger. Wer Strömen einmal bewusst bei sich selbst eingesetzt hat, möchte es nicht mehr missen! Es dient sowohl zur Vorbeugung als auch zur Unterstützung bei verschiedensten Beschwerden und Symptomen im Anfangs- oder fortgeschrittenen Stadium.

Unsere Hände haben wir überall dabei und können sie wie Starterkabel einsetzen, um unsere Lebensenergie und unsere Selbstheilungskräfte dort zu aktivieren, wo sie durch Alltagsstress, Belastungen, Sorgen, Ängste, Ärger uvm. blockiert wurden.

Impuls-Strömen ist eine umfangreiche Sammlung von Entspannungs- und Berührungstechniken zur Auflösung von körperlichen und mentalen Belastungen. Die Anwendung erfolgt durch zertifizierte Professionisten und kann auch selbst erlernt werden.



Stand Nr. 16  
Referent  
So. 2.10. - 15 Uhr



**Ing. Robert Rosenauer**

Email: [info@wirmuehlviertler.net](mailto:info@wirmuehlviertler.net)

Homepage: [www.wirmuehlviertler.net](http://www.wirmuehlviertler.net)

*Wir Mühlviertler* sind eine Gruppe von Menschen, die in die Eigenverantwortung gehen. Wir nehmen in Zeiten der globalen Industrialisierung, Banken- und Staatspleiten das Heft selbst in die Hand! Derzeit erleben wir eine Zeit der großen Veränderungen und Chancen und es liegt an jedem selbst, diese Chancen zu nutzen.

#### **Vortrag:**

#### **„Wir Mühlviertler - Autark leben als Alternative“**

Gelebte Regionalität am Beispiel  
„Gesunde Ernährung aus Gemeinschafts-  
äckern“

Unser Ziel ist es eine unabhängige Gesellschaft voller Wohlstand, Sicherheit und Freiheit zu schaffen. Die Zeit ist jetzt reif, unser Handeln dort zu beginnen, wo andere aufgehört haben. *Wir Mühlviertler* packen es gemeinsam an und schaffen Lösungen. Wir machen das für uns und für alle, die so denken wie wir.



Stand Nr. 17

**Gertraud Müller**

Gallneukirchnerstr. 29, 4209 Engerwitzdorf

Tel. +43 7235/65509, +43 664 73566492

Email: [traudi.mueller@gmx.at](mailto:traudi.mueller@gmx.at)

#### **Bowtech**

Die Bowen Technik ist eine sanfte Muskel- und Bindegewebstechnik. Schon wenige präzise Griffe im Bereich von Muskeln, Bändern, Sehnen und Nervensträngen regen den Energiefluss an, aktivieren die Selbstheilungskräfte und steigern Wohlbefinden und Gesundheit. Bowtech stärkt das Immunsystem, aktiviert Kreislauf, Lymph- und Nervensystem und unterstützt bei Beschwerden im Bereich des Bewegungsapparates. Bowtech hilft dem Körper auf allen Ebenen im Gleichgewicht zu bleiben.



Stand Nr. 17

**Gabriele Stadler**

Zeilerstr. 9, 4204 Reichenau im Mühlkreis

Tel. +43 664 73054349

Email: [stadlergabriele@gmail.com](mailto:stadlergabriele@gmail.com)

#### **BodyTalk – Die Sprache der Gesundheit**

Unser Körper spricht ständig zu uns. Hören Sie ihm zu? Verstehen Sie ihn?

Der Körper besitzt eine innere Weisheit, die uns mitteilen kann, was im Organismus nicht in Ordnung ist und wie und in welcher Reihenfolge wir die Gesundheit wieder herstellen können.

Der BodyTalk-Anwender unterstützt den Körper, sich selbst wieder ins Gleichgewicht zu bringen, damit Heilung auf allen Ebenen erfolgen kann.



## Rehabilitation & Begleitung bei Krebs

### ganzheitlich-ambulant-individuell

Im elisana – Zentrum für Gesundheit entwickeln ÄrztInnen und TherapeutInnen ein ganzheitliches, individuelles Programm für KrebspatientInnen. Komplementärmedizinische Heilweisen, wie die Traditionelle Chinesische Medizin, energetische und körpertherapeutische Anwendungen ergänzen die Schulmedizin und tragen zu Genesung, Entspannung und Wohlbefinden bei. Ziele sind, die Allgemeinverfassung zu stärken, Nebenwirkungen zu lindern und die innere Balance zu fördern.

In Zusammenarbeit mit:



Stand Nr. 19

Podiumsgespräch: Sa. 1.10. - 14 Uhr

elisana ist ein Ort für Körper, Geist und Seele im Zentrum von Linz. Bei uns steht der Mensch mit all seinen Bedürfnissen im Mittelpunkt. Unser Angebot ist vielfältig und reicht von komplementärmedizinisch-ärztlicher Leistung, über Coaching und Beratung bis hin zu körpertherapeutischen und energetischen Anwendungen.

### Informieren Sie sich über unsere weiteren Gesundheitsangebote und unser Kursprogramm:

Andrea Haneder und Irmgard Kogler  
Tel. +43 732 77083360  
office@elisana.at, www.elisana.at

elisana Zentrum für Gesundheit  
Museumstraße 31a, 4020 Linz



**forte**  
Fortbildungszentrum  
Elisabethinen Linz

elisana ist eine Einrichtung des  
forte Fortbildungszentrum der Elisabethinen Linz GmbH CoKG.



Stand Nr. 18

## Irmgard Kogler

Praxis für Lebens- und Sozialberatung,  
transpersonale Klangtherapie  
nach Dr. med. Wolfgang Kölbl®,  
Tiefenentspannung  
Punzenberg 15, 4210 Gallneukirchen  
Tel. +43 664 5407392

Email: [office@gluecklich-sein.at](mailto:office@gluecklich-sein.at)

Homepage: [www.gluecklich-sein.at](http://www.gluecklich-sein.at)

### Ihre Gesundheit – Ihr höchstes GUT

Um die Gesundheit zu erhalten und zu fördern, biete ich in meiner Praxis verschiedene Möglichkeiten an.

## Lebens- und Sozialberatung „Herausforderungen bewältigen und Halt finden“

Wie ich bin, bin ich richtig, lautet einer meiner Schlüsselsätze. In respektvoller Atmosphäre liegt die Kraft im Erkennen und der anschließenden gemeinsamen Erörterung der Situation. Sie finden bei mir Hilfe zur Selbsthilfe.

## Entspannung und Wohlbefinden

Es müssen nicht immer Probleme sein, die Sie zu mir führen. Gerne können Sie auch eines meiner Entspannungsprogramme - maßgeschneidert für Sie persönlich - in Anspruch nehmen.

### Methodenkatalog

- \* Lebens- und Sozialberatung
- \* Systemisches Familienstellen/Gruppe od. Einzel
- \* Transp. Klangtherapie n. Dr. med. Wolfgang Kölbl®
- \* Intuitive Anwendung ätherischer Öle
- \* Breuss-Aroma/Anwendung
- \* LomiLomiPele



Stand Nr. 18

## Willibald Kogler

Praxis für transpersonale Klangtherapie  
nach Dr. med. Wolfgang Kölbl®,  
Coach für integrales Bewusstsein  
Punzenberg 15, 4210 Gallneukirchen  
Tel. +43 676 3439005

Email: [willibald.kogler@gluecklich-sein.at](mailto:willibald.kogler@gluecklich-sein.at)

Homepage: [www.gluecklich-sein.at](http://www.gluecklich-sein.at)

### Transpersonale Klangtherapie nach Dr. med. Wolfgang Kölbl®

TPK - Die ärztlich begründete und ganzheitlich entwickelte Klangtherapie

Nada Brahma. Der Klang als „Tor in die andere Wirklichkeit“

Klänge und Schwingungen sind wesentlicher Bestandteil unseres Lebens. Musik, Stimme und Herzschlag der Mutter werden schon vom Embryo im Mutterleib wahrgenommen und bilden die erste Beziehung des Menschen.

Auch die Natur offenbart uns ihre Klänge, die für uns archetypisch sind. Sie bringen uns in Harmonie wie der Herzschlag, so auch Klang, der dem Wasser ähnelt. In unserer klingenden Sprache macht der Ton die Musik und berührt uns sofort, er weckt ganz unterschiedliche Gefühle.

Musik und Klang besitzen große Heilkraft. Sie wurden zu allen Zeiten in allen Kulturen als Ritual und Zeremonie verwendet, wie Klangschaalen, Gongs, Zimbeln in Tibet, Trommeln und Rasseln in Amerika und Afrika. Absicht und Ziel sind: Ganzwerdung und Bewusstseinsweiterung.



Foto: Emmerich Mädl/Kurhaus Marienkron

Das traditionsreiche Kurhaus Marienkron ist ein besonderer Ort und bietet für Körper, Geist und Seele Ruhe, Erholung und Entspannung! Erleben Sie den ganzheitlichen Ansatz und die harmonische Verbindung von „Kurhaus&Kloster“ in Marienkron.

Seit Jahrzehnten ist das Kurhaus Marienkron spezialisiert auf Ernährung. Die Angebote „MarienkronerFasten“, „Entschlacken und Entgiften“ und „Abnehmen und gesund in Form bleiben“ sind ärztlich betreut und ernährungswissenschaftlich begleitet. Ein individueller Fastenkurplan, Kneipen

und Entspannungsangebote bringen Ihren Körper wieder ins Gleichgewicht. Ein maßgeschneiderter Ernährungsplan für den Alltag macht eine Kur in Marienkron zu einem Meilenstein auf dem Weg zu einem gesünderen und leichteren Leben.

Für Ihren individuellen Aufenthalt beraten Sie unsere kompetenten MitarbeiterInnen gerne. Das Kurhaus Marienkron ist Partner der BVA, PVA und SVA für Kuraufenthalte im Bereich Bewegungs- und Stützapparat.

Unser Ärztinnen und TherapeutInnen begleiten Sie gerne bei Ihrer Kur. Das Team des Kurhauses und die Zisterzienserinnen von Marienkron freuen sich auf Ihren Besuch!



**Marienkron**  
KUR- UND ERHOLUNGSZENTRUM

Kurhaus Marienkron  
A-7123 Mönchhof, Birkenallee 2  
Tel. +43 2173 80205-0  
EMail: [info@marienkron.at](mailto:info@marienkron.at)  
Homepage: [www.marienkron.at](http://www.marienkron.at)

**Medikal**  
Zentrum für ambulante Adipositas Therapie

Wollen auch Sie erfolgreich abnehmen mit professioneller Unterstützung? Dann informieren Sie sich jetzt über das Programm und die Termine im Herbst!

Standorte: Linz und **jetzt auch in Bad Leonfelden**  
Homepage: [www.medikal.at](http://www.medikal.at)

Tel.: + 43 732/ 77 08 33 – 42

**CITY-PRINT**

Digitaldruck - Textildruck - Offsetdruck

Ortsplatz 7, A-4223 Katsdorf [www.city-print.at](http://www.city-print.at)



Stand Nr. 10  
Polarity

Haselweg 2/13, 4225 Luftenberg



Teschler  
Polarity

**Michaela Hackl**  
Praxis | Seminare

Mittelgasse 10 | 4040 Linz  
0699 / 10 7000 79 | [michaela@polarity-online.at](mailto:michaela@polarity-online.at)  
Xing-Profil: [kUrl.de/utav](http://kUrl.de/utav) | [www.polarity-online.at](http://www.polarity-online.at)

Termine in Luftenberg nach Vereinbarung



Stand Nr. 19 elisana

### **Institut Marion Weiser e.U.**

Museumstraße 31a, 4020 Linz

Tel.: +43 650 66 77 2 77

Email: [office@marion-weiser.at](mailto:office@marion-weiser.at)

Homepage: [www.marion-weiser.at](http://www.marion-weiser.at)

#### Programmvorschau Herbst 2016

- Dem Leben Luft geben - Workshop für entspanntes Atmen 7.10.2016
- Ganzheitliches Augen und Sehtraining - 13.10.2016
- A\*Klasse - Augen Auffrischungsklasse 21.10.2016
- Tinnitus - Gehörsturz - ruhig werden 4.11.2016

### **Verhaltensweisen machen krank oder gesund**

Als Holistische Körpertherapeutin betreue ich sowohl Einzelne als auch Gruppen. In Kooperation mit dem elisana und namhaften ÄrztInnen entwickle ich seit über 20 Jahren Zugänge, wie Menschen selber ihre Gesundheit verbessern können.

Mittels Berührungen und physischen/mentalenen Übungen wird die Körperwahrnehmung gesteigert, um so die Verbindung zwischen Beschwerden und deren Ursachen in den Verhaltensmustern herauszufinden und zu verändern.

Meine Schwerpunkte sind Sehtraining, Tinnitus, Narben, Erschöpfung, Ängste und Stress.





# KFZ HUFNAGL

SERVICE • KAROSSERIE • LACKIERUNG • OLDTIMER

KFZ HUFNAGL GMBH

Schlammersdorf 20

A-4211 Alberndorf i. d. Riedmark

TEL +43 (0) 7235 / 7405  
FAX +43 (0) 7235 / 7405-4  
E-MAIL [office@kfz-hufnagl.at](mailto:office@kfz-hufnagl.at)  
WEB [www.kfz-hufnagl.at](http://www.kfz-hufnagl.at)



FLIESENSTUDIO



# WOLDRICH



[www.fliesen.me](http://www.fliesen.me)

linzerstrasse 15. 4210 gallneukirchen. austria. tel. +43(0)7235 63 838  
fax +43(0)7235 67 0 66. mobil 0699 118 24 0 25. e-mail [woldrich@fliesen.me](mailto:woldrich@fliesen.me)



## Programmübersicht Herbst/Winter

- **Halbjahresgruppe für systemische (Familien)Aufstellungsarbeit**  
Termine: 7.10., 11.11., 2.12., 2016, 20.1., 10.2.2017  
jeweils Freitag 17-ca.22 Uhr  
Kursleiterin: Irmgard Kogler  
Kosten je Termin: € 50,00/Teilnehmer (gesamt zu buchen)  
Veranstaltungsort: elisana im forteFortbildungszentrum, Museumstraße 31a, 4020 Linz
- **Schule für bewusstes Sein VIII**  
Der Weg der Seele und die Spiegelwelten des ICH  
Termin: 25.11.-27.11.2016  
geschlossene Veranstaltung - neue Termine auf Anfrage! - Irmgard Kogler  
Kursleiter: Dr. med. Wolfgang Koelbl
- **Klangmeditation in der Gruppe**  
Termine: jeweils Mittwoch 16-17.30 Uhr im elisana, Museumstraße 31a, 4020 Linz  
Termine: jeweils Dienstag 19-20.30 Uhr - 14 täglich in Gallneukirchen, Punzenberg 15  
Kosten je Termin: € 20,00/Teilnehmer

Anmeldung für alle Veranstaltungen unter: [irmgard.kogler@24speed.at](mailto:irmgard.kogler@24speed.at) oder Tel. 0664/5407392

## Programm:



**14.30 Dr. Gunda Zegermacher**  
Frauenärztin, Akupunktur, Psychoonkologie  
**Dieses zarte Pflänzchen „Gesundheit“ ...**

**15.15 Prim. Prof. Mag. Dr. Michael Gabriel**  
Facharzt für Nuklearmedizin  
**Gesund im Leben stehen! Krebs-Vorsorge & Früherkennung, Wie kann ich mein Risiko senken?**

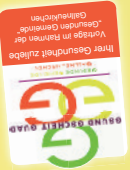
**16.00 Dr. Sabine Maria Pöstlberger**  
Fachärztin für Allgemeinchirurgie  
mit Schwerpunkt Brust und Venen  
**„Was Frauen über Brustkrebs wissen sollten“  
Von der Früherkennung bis zur möglichen Heilung**

**16.45 Dr. Rainer Kolb**  
Oberarzt an der Lungenabteilung im Klinikum Wels-  
Grieskirchen, Facharzt für Pulmologie,  
Zusatzfach Intensivmedizin, Sportarzt  
**Lungenkrebs – Der tödliche Tumor der Raucher?**

**17.30 Dr. Peter Sokol**  
Facharzt für Urologie  
**The Aging Male – Der Mann in den besten Jahren**

**18.15 Dr. med. univ. Peter Preinfalk**  
MSc in Allergy (Imperial College / London), MSc in Dermo-  
Hautarzt und Allergologe  
**Hautkrebs – Prävention und Früherkennung**

**19.00 Karin Leitner**  
Dietologin  
**Der gesunden Ernährung auf der Spur**





Gisela Gabauer

Bürgermeisterin für alle Gallneukircheninnen  
und Gallneukirchner

02



Alexandra Ausserwöger

Arbeitskreisleiterin der  
Gesunden Gemeinde Gallneukirchen

„Vorsorgen ist besser als heilen.“ – Unter diesem Motto lade ich Sie sehr herzlich zu den Gesundheitstagen Gallneukirchen ein, die sich heuer in einer Vortragsreihe dem Thema der Krebsvorsorge widmen. Immer noch zählt diese schreckliche Krankheit, die mit großem psychischem und physischem Leid für Betroffene und Angehörige verbunden ist, zu den häufigsten Erkrankungen in Österreich. Rechtzeitige Prävention und Veränderung des eigenen Lebensstils können jedoch das Risiko einer Erkrankung mindern. Die angebotenen Vorträge von Experten auf dem Gebiet der Krebsprävention bieten wertvolle Informationen und wichtige Hinweise, wie Sie Vorsorge treffen können und worauf Sie achten sollten. Ich lade Sie sehr herzlich ein, dieses herausragende Angebot der Fachreferentinnen zu nutzen und sich bei den Gesundheitstagen umfassend zu informieren.

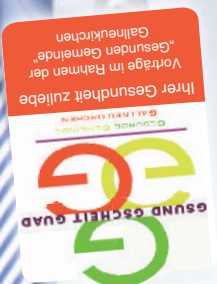
Leider erkranken immer noch pro Jahr zirka 38.000 Menschen in Österreich an Krebs. Prävention ist ein enorm wichtiges Thema. Gesunde Ernährung, Sport oder das Körpergewicht haben genauso Einfluss auf unsere Gesundheit, wie Zigaretten und der richtige Umgang mit dem Sonnenbad. Die BürgerInnen wissen das natürlich, aber eine Veränderung des Lebensstils bedeutet auch immer geliebte Gewohnheiten zu verändern. Dabei möchten wir als Gesunde Gemeinde helfen und begleiten. Es freut mich sehr, dass es uns gelungen ist, fachkundige Referentinnen zu gewinnen, die zu diesen Themen professionelle Vorträge halten. Ich wünsche allen Besuchern einen informativen und interessanten Nachmittag. Bleiben sie gesund

Vortagsreihe zur Krebsprävention von  
Ärztinnen und Ärzten

**GESUND IM LEBEN STEHEN**

**Fr. 30. September in der  
Gusenhalle Gallneukirchen  
(den ganzen Nachmittag laufend Vorträge)**

**KREBS-  
VORSORGE**



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE  
OBERÖSTERREICH

