

15. April 2022

# Presseaussendung



## ÖGK lädt zu Familiengesundheitstag Gesundheits- und Fitness-Checks, Spaß und Action für die ganze Familie

„Gesundheit für Groß und Klein“ lautet das Motto beim Familiengesundheitstag der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) am 7. Mai 2022 in der Stadthalle Ybbs. Viele Mitmachstationen, Gesundheits-Checks, Beratungsangebote, Fitnesstests und Bewegungsmöglichkeiten warten auf die Familien.

Als Highlights stehen eine magische Riesenseifenblasen-Show, ein Kasperltheater und ein Kindertheaterstück auf dem Programm. In der Gesundheitsstraße wird man von Kopf bis Fuß durchgecheckt. Ernährungsberatungen, Knabbersnacks zum Selbermachen sowie jede Menge Rezeptideen warten auf die Familien. Fitnesstests, Wirbelsäulenscreenings und Wettbewerbe für Familien geben Auskunft über die Beweglichkeit von Jung und Alt. Auch die Psyche kommt nicht zu kurz: Yoga, Shiatsu, psychologische Beratungen und Kunsttherapie für Kinder werden angeboten. Spaß und Action für Alle gibt es mit einer Fotobox, beim Kletterturm, auf Segwayparcours und beim Speedstacking. Das Rote Kreuz bietet die Besichtigung eines Rettungsautos an. Ein Workshop, Vorträge sowie eine Info- und Beratungszone runden das Angebot auf dem Familiengesundheitstag ab.

Nähere Informationen bzw. das ganze Programm gibt es auf der ÖGK-Homepage [www.gesundheitskasse.at/familiengesundheitstag](http://www.gesundheitskasse.at/familiengesundheitstag), unter der Telefonnummer 05 0766-121254 bzw. unter [poechlarn@oegk.at](mailto:poechlarn@oegk.at). Eine Anmeldung wird erbeten.

### **ÖGK-Familiengesundheitstag**

in Kooperation mit BVAEB, SVS und Partnern

**Wann:** 07. Mai 2022, 09.00 bis 16.30 Uhr

**Wo:** Stadthalle Ybbs, Kaiser-Josef-Platz 2, 3370 Ybbs an der Donau

**Eintritt frei!**

Alle ÖGK-Veranstaltungen finden unter Einhaltung der zu diesem Zeitpunkt allgemein gültigen bzw. von der ÖGK vorgegebenen COVID-19-Sicherheitsmaßnahmen statt.

### **Workshop und Vorträge:**

09:30 Uhr: Yoga – Verbinde dich mit der Kraft deines Atems, Doris Greil, Dipl. Yogatrainerin

15. April 2022

# Presseaussendung



10.30 Uhr: Was koche ich heute? Schnelle und gesunde Gerichte für den Familientisch, Mag. Annemarie Penzenauer-Griessler, Dipl. Ernährungsberaterin

11.30 Uhr: Was Eltern über den Medienkonsum ihrer Kinder und Jugendlichen wissen sollten, Dr. Schmid & Dr. Schmid, Praxis für Psychologie & Medizin

13.00 Uhr: Alltagsabenteuer Familie – Mit Herz, Know-how und Struktur leben und lieben; Dorothee Hinkemann, Dipl. Ehe-,Familien- und Lebensberaterin, Zert. Elterntrainerin Kerstin Karlinger, Zert. Elterntrainerin, Sozial- und Berufspädagogin i.A.u.S

14.00 Uhr: Konzentration und Merken leichtgemacht – wie du deine Lern- und Gedächtnisfähigkeit fördern kannst, DI Mag. Walter Pötsch, Gedächtnistrainer

## **Rückfragehinweis:**

Österreichische Gesundheitskasse

Mag.<sup>a</sup> Marie-Theres Egyed

presse@oegk.at

[www.gesundheitskasse.at](http://www.gesundheitskasse.at)