

GESUNDHEITSANGEBOTE

kostenlos

- Ärztliche Sprechstunden
- Alltagstipps zur Sturzvermeidung
- Individuelle Osteoporoseberatung

- Body Mass Index-Messung
- Beckenbodentraining
- Kraftmessung
- Körpergrößen- und Gewichtsmessung
- Wahrnehmungsübungen
- MFT-Platte



- Fachliteratur
- Versicherungsservice

BERATUNGEN

Ernährung

- Diätetische Behandlung von Osteoporose
- Darmgesundheit • Nahrungsergänzung
- Laktoseunverträglichkeit
- Chronische Darmerkrankungen • Diabetes Mellitus
- Vegetarische und vegane Ernährungsweise

Mobilität

- Ergotherapie • Physiotherapie • Trainings- und Übungstherapie • Manuelle Therapie • Physikalische Medizin und Rehabilitation • Krafttraining und Muskelstärkung • Sturz- und Verletzungsprophylaxe
- Orthesen • Gelenkersatz • Rheuma
- Barrierefreies Wohnen

Entspannung & Prävention

- Heilmassage • Aromatherapie • Seelische Gesundheit
- Ergonomische Schlafsysteme • Ganzheitliche Gesundheitsförderung

MEDIENKOOPERATION



ALLIN Diätetik
ASKÖ Wien
BOWTECH®

Buchaktuell

Buchhandlung BUCHaktuell

Ergotherapie Austria – Bundesverband der Ergotherapeutinnen u. Ergotherapeuten Österreichs

Evangelisches Krankenhaus Wien

Heilbad Luhačovice

Hüsler Nest Schlafsysteme

Institut Allergosan



JOYA - Mona Naturprodukte

Krankenhaus Hietzing mit Neurologischem Zentrum Rosenhügel



StoDt+**Wien**

KIESER TRAINING



medi Austria

Medi Mundus

meknock



Osteoporose Selbsthilfe Wien

Österreichische Vereinigung Morbus Bechterew - Landesstelle Wien



Pfizer

Physio Austria - Bundesverband der PhysiotherapeutInnen Österreichs

Schröpf-Massage S. Peyer-Tomschitz

SCIOTEC

SOS Körper

Stiftung Kurtherme Badehospiz



SynPharma / Dr. Wolz



TIPPELEMENTE Barrierefreiheit

Verband der Diätologen Österreichs

VHS Wien –

Die Wiener Volkshochschulen



Wiener Gebietskrankenkasse

Wiener Gesundheitsförderung - WiG



XSOX

Young Living

Stand bei Drucklegung

Kooperationspartner



Programm

14. Wiener Osteoporosetag

...achten Sie auf Ihre Knochen!

Freitag, 16. Oktober 2015
10.00 – 18.00 Uhr
Wiener Rathaus • Festsaal
Eingang Lichtenfelsg. 2

Eintritt frei

Moderation:
Mag.^a Dr.ⁱⁿ Christa Kummer, ORF TV-Wetterexpertin



PROGRAMM

10.00 Begrüßung

Prim.^a Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Elisabeth Preisinger
Institut f. Physikalische Medizin u. Rehabilitation am
Krankenhaus Hietzing, mit Neurologischem Zentrum
Rosenhügel

Eröffnung

KR Kurt Wagner

Wiener Landtagsabgeordneter und Gemeinderat

10.20 Prävention und Therapie in der Traditionellen Chinesischen Medizin

Prof. Dr. Alexander Meng

10.40 Die Knochen vegetarisch stärken

Dominik Hubmer, MSc

11.00 Wenn Bewegung alleine nicht mehr reicht

OA Dr. Alexander Ditscheiner

11.20 Alarm im Darm schadet den Knochen

Mag.^a Anita Frauwallner

11.40 Künstliche Gelenke bei Osteoporose

OA Doz. Dr. Jochen Hofstätter

12.00 Überfunktion der Schilddrüse – Gefahr für den Knochen?

Univ.-Prof. Dr. Peter Mikosch

12.20 Kalzium & Vitamin D - auf die Dosis kommt es an!

Prim. Dr. Peter M. Bernecker

12.40 Bruchgefahr bei Diabetes, chronischen Darmerkrankungen & Kortison

OÄ Dr.ⁱⁿ Maya Thun

13.00 GESPRÄCHSRUNDE MIT DEN EXPERTINNEN

Prim.^a Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Elisabeth Preisinger

Prim. Dr. Peter M. Bernecker

Prof. Dr. Alexander Meng

OÄ Dr.ⁱⁿ Maya Thun

QUIZ-PREISVERLEIHUNG

13.20 Den Körper in Schwung bringen

Hanni Wischin

13.40 Sturz- und Verletzungsprophylaxe durch Krafttraining

Dr. Martin Weiß

14.00 Rheuma & Osteoporose

Dr. Thomas Schwingenschlögl

14.20 Im Überfluss mangelernährt?

Dietfried Wruss

14.40 Milch: Pro und Kontra

Prof.ⁱⁿ Andrea Hofbauer, MSc., MBA

15.00 Konservativ-orthopädische Therapie bei Wirbelsäulenbrüchen

Univ.-Prof. Dr. Hans Tilscher

15.20 Wenn Knochen den Körper nicht mehr tragen

OA Dr. Rolf Dieter Dessovic

15.40 Anti-Osteoporose-Training: Wenig Aufwand, große Wirkung!

Dipl.-Päd. Elfriede Preschern

16.00 Haltungsverbesserung & Muskelstärkung durch Orthesen

Prim.^a Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Elisabeth Preisinger

16.20 Alltagstipps zur Sturzvermeidung

Yara Peterko, MSc

16.40 Wie erkenne ich mein Osteoporose Risiko?

Prim. Dr. Johann Hitzelhammer

17.00 Physiotherapie bewegt den Alltag

Constance Schlegl, PT

17.20 Mehr Lebensqualität dank Physikalischer Medizin & Rehabilitation

Dr. Carlo Franz

17.40 GESPRÄCHSRUNDE MIT DEN EXPERTINNEN

Prim.^a Univ.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Elisabeth Preisinger

Prim. Dr. Johann Hitzelhammer

Univ.-Prof. Dr. Peter Mikosch

Dr. Carlo Franz

QUIZ-PREISVERLEIHUNG

18.00 Ende der Veranstaltung

Programmänderungen vorbehalten

GRATIS TESTEN

Yakult

... solange der Vorrat reicht!



SCHNUPPERSEMINARE **kostenlos**

14.30 – 15.30 **Was können Sie für Ihren
Beckenboden tun?**

Dr. Martin Weiß

15.30 – 16.30 **Ernährung aus ganzheitlicher Sicht**
Dietfried Wruss

GEWINNSPIEL

• Jahreskarten

**KIESER
TRAINING**

• 3 Tage Aufenthalt mit Halbpension
im Kur- und Gesundheitshotel

MOORBAD *Das Aroma
der Natur*
GROSSPERTHOLZ

• 2 Tage inkl. Nächtigung und
Frühstück im im Kurzentrum Bad Goisern

KUR
ZENTRUM
Bad Goisern

• Fahrsicherheitstrainings

DAMTC
Ein gutes Gefühl,
beim Club zu sein.

• Klangmassagen in der

KLANGINSEL
Klangmassagen

• Ball-Blitzkurs in der Tanzschule Elmayer

TANZSCHULE
ELMAYER

• Traditionelle
Thai-Massage bei

SALZGRIES MASSAGE
1010 Wien, Salzgries 2

• Vegetarisch Essen in der Kichererbse

Kichererbse

• Ganzkörpermassage & Rosenbad

Day Spa Lares
Schönheit & Wohlfühlen

• Ayurvedabehandlungen

AYURVEDA
...das Wissen vom Leben