

DRÜBER
REDEN
HILFT.^{at}



StadT+Wien
Wien ist anders.

ÜBER 80 SELBSTHILFEGRUPPEN UND EINRICHTUNGEN AUS DEM WIENER GESUNDHEITS- UND
SOZIALWESEN STELLEN SICH VOR

THEMENSCHWERPUNKTE: AM ENDE DES LEBENS | GESUNDER DARM – GESUNDE ERNÄHRUNG
WORKSHOPS | MEDIZINKABARETT MIT PETER UND TEKAL

A large, stylized sunburst graphic composed of numerous rectangular rays of varying lengths, radiating from a central point. The rays are in shades of green and yellow, matching the overall color scheme of the poster.

TAG DER SELBSTHILFE

SONNTAG, 26. NOVEMBER 2017 | 10 BIS 17 UHR
WIENER RATHAUS | **DER EINTRITT IST FREI**

MODERATION: CHRISTOPH FEURSTEIN, ORF



Gefördert aus den Mitteln des Fonds Gesundes Österreich
Gesundheit Österreich
GmbH ● ● ●



Geschäftsbereich
Fonds Gesundes
Österreich

PROGRAMM 26. NOVEMBER 2017



10:00 UHR VIENNA HOT DIXXIES

Ein schwungvoller Start in den Tag

10:30 UHR BEGRÜSSUNG

Gabriele Mörk, Gemeinderätin
Dennis Beck, Geschäftsführer Wiener
Gesundheitsförderung

11:00 UHR GESUNDER DARM – GESUNDE ERNÄHRUNG

Der Darm – nicht nur ein Bauchgefühl
Dr. Alex Witasek, Experte für Vorsorge- und
Regenerationsmedizin, Arzt für Allgemeinmedizin

**Gesund Essen. Eine Wissenschaft?
Oder doch eher Gefühlssache?**

Ass.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Petra Rust, Studienprogramm-
leiterin Department für Ernährungswissenschaften,
Universität Wien

mit anschließender Diskussionsrunde

13:15 UHR GESUND GELACHT!

Medizinkabarett von Peter und Tekal

ZUM MITMACHEN:

Augentraining, Genuss-Workshop, „Den
inneren Schweinehund nutzen“, Quizrad
und vieles mehr ...

14:00 UHR AM ENDE DES LEBENS

Sterbebegleitung zu Hause

Monika Keck, Diplom-Sozialpädagogin und
Buchautorin „Noch einmal schwimmen –
Sterbebegleitung meiner krebserkrankten Mutter“

Mobile Sterbebegleitung

Elwira Etzel, MSc, Leitung Palliativ- und Hospiz-
team, FSW-Wiener Pflege- und Betreuungsdienste
GmbH

Gehört das Sterben zum Leben dazu?

Dr.ⁱⁿ Maria Kletečka-Pulker, Institut für Ethik und
Recht in der Medizin
Eva-Maria Danko-Bodenstein, Österreichische
Buddhistische Religionsgesellschaft

mit anschließender Diskussionsrunde

16:00 UHR BOHUMILS SAKKO SALON

Artistisches Clowntheaterstück mit Marijan

16:15 UHR MOTIVATION FÜR EIN GESUNDES LEBEN – DEN INNEREN SCHWEINEHUND NÜTZEN

Interaktiver Vortrag mit Marion Weiser, Holistische
Körpertherapeutin, Augen- und Sehtrainerin

DAUER DER VORTRÄGE:
jeweils ca. 30 – 45 MINUTEN



WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Stadt+Wien
Wien ist anders.