

R. Szankovich:

# VERANSTALTUNGEN DES GDSD

Für die Umsetzung unserer Ideen bieten sich Informationsveranstaltungen an, wir haben aber auch andere Formen der Umsetzung wie Aktionen, Aufstellung von Informationstafeln und Errichtung baulicher Einrichtungen ins Auge gefasst.

## 1. BISHERIGE VERANSTALTUNGEN

### 2014

- Mi., 17. September, im Gasthaus Faymann in Dörfl:  
Entspannungstechniken  
(Vortrag mit Übungen, Dipl.Entspannungsberaterin Silvia Schranz)
- Di., 4. November, im Pfarrsaal Steinberg:  
Gesunde Ernährung  
(Vortrag und Publikumsaktivitäten, Seminarbäuerin Frau Ing. Christine Hofer)

### 2015

- Mi., 7. Jänner, im Gasthaus Hafner in Steinberg beim SPÖ-Pensionistentreffen:  
Information über die Tätigkeit des GDSD  
(Arbeitskreisleiter Mag. Dr. Rudi Szankovich)
- Di., 24. Feber, im Turnsaal der Volksschule Dörfl:  
Qui Gong  
(Vortrag mit Übungen, Dipl.Entspannungsberaterin Silvia Schranz)
- Fr., 17. April, im Pfarrsaal Steinberg:  
Bewegung im Alltag  
(Vortrag und Übungen, Gesundheitsförderer der SVB Gerhard Karoly)

- Di., 1. September, im Freien beim Sportplatz Stbg:  
Fitness-Test 1  
(Walking mit Pulsmessung und Auswertung,  
Gesundheitsförderer der SVB Gerhard Karoly)
- Fr., 23. Oktober, im Freien beim Sportplatz Stbg: Fitness-Test 2  
(Walking mit Pulsmessung und Auswertung,  
Gesundheitsförderer der SVB Gerhard Karoly)

## 2016

- Fr., 1. April, im und vor dem Neuen Gemeindezentrum:  
Diabetesinformation und Diagnosebus  
(Vortrag, Dipl.krankenschwester und Diabetesberaterin Franziska Renner)/  
(Messung der Werte von Blutzucker, Cholesterin und Blutdruck,  
Fa. Wellion/medTrust)
- Fr., 3. Juni, im Neuen Gemeindezentrum:  
Dickdarmkrebsprophylaxe  
(Vortrag, OA Dr. Karl Mach)
- Fr., 2. September, im Neuen Gemeindezentrum:  
Burnout und Stress  
(Vortrag, ganzheitliche Naturheiltherapeutin und Humanenergetikerin  
Mag. Ursula Förschner)
- Fr., 4. November, im Neuen Gemeindezentrum:  
Blutdruck/Herzinfarkt  
(Vortrag, Burgenländischer Herzverein, Landesobfrau Eva Tucsay und  
Univ. Prof. Simon – AKH Wien)

## 2017

- Sa., 20.Mai, Öffentlicher Platz Dörfli:  
Eröffnung der Gesundheitspfade mit anschließender  
Wanderung, Präsentation der Säulen der Gesundheit und der Info-  
Tafeln mit Gesundheitstipps  
  
als Zusatzangebot: Kräuterwanderung  
(Führung durch Kräuterwirtin Gerda Stocker)

- Fr., 9. Juni, 21:00 – 22.30:  
Vollmondwanderung (7km, Steinberg-Dörfel-Steinberg)
  
- Fr., 20. Oktober, im GZ:  
Sushi - gesunde Kost aus Japan  
(praktische Vorführung zum Mitmachen)  
(Shu-Mei Pai, Kursleiterin für asiatische Kochkurse)
  
- Sa., 16. Dezember, im Ortsgebiet von Steinberg:  
Adventfensterwanderung

## 2018

- Fr., 26. Jänner, im GZ:  
Spiele-Nachmittag für „Groß und Klein“
  
- Do., 1. Feber, im GZ:  
Auftaktveranstaltung für Turnen 50+ (Seniorenturnen)  
(Turnunterweisung durch Fritzi Csitkovits)
  
- ab Do., 8. Feber, im GZ:  
wöchentliche Turneinheiten 50+
  
- Fr., 23. März, im GZ:  
Die Sonne - Nutzen und Gefahr für die Gesundheit  
(Vortrag, Dermatologe Dr. Wolfgang Fuchs)
  
- Mo., 9. April, im GZ beim ÖVP-Pensionistentreffen:  
Information über die Tätigkeit des GDSD  
(Arbeitskreisleiter Mag. Dr. Rudi Szankovich)
  
- Mo., 30. April, 20:30 – 22:30:  
Vollmondwanderung (7km, Steinberg-Dörfel-Steinberg)
  
- Fr., 18. Mai, im GZ:  
„Sich selbst Gutes tun - Das Glück ist kein Vogerl“  
(Vortrag, Gesundheitspsychologe und Mentaltrainer Dr. Gernot Unger)

- Fr., 12. Oktober, im GZ:  
Palliativmedizin – Betreuung zum Lebensabend  
(Vortrag, Primarius des KH Oberpullendorf Dr. Herbert Tillhof)
- Sa., 22. Dezember, im Ortsgebiet von Dörfli:  
Adventfensterwanderung

2019

- Mi., 13. März, im GZ:  
Brustkrebs  
(Vortrag, Gynäkologin Dr. Michaela Klein)

## 2. GEPLANTE VERANSTALTUNGEN

2019

- Fr., 3. Mai, im Freien beim Sportplatz Steinberg:  
Enführung ins Nordic Walken  
(Gesundheitsförderer der SVB Gerhard Karoly)
- Di., 28. Mai, im GZ und NMS/ZWF:  
Projektpräsentation der Schüler der ZWF  
„Rauchen ist NICHT cool“
- Do., 15. August:  
Vollmondwanderung
- Fr., 18. Oktober:  
Demenz  
(Klinische- und Gesundheitspsychologin Mag. Isabella Ettlshweiger)
- Fr., 22. November:  
Sicherheitspolizeilicher Informationsabend  
(Gr. Insp. Robert Kamper)
- Sa., 21. Dezember, im Ortsgebiet von Steinberg:  
Adventfensterwanderung