Amtliche Mitteilung - zugestellt durch Post.at

25 JAHRE
Gesunde Gemeinde
NÖCHLING

Gemeinsam gesund.
Gemeinsam aktiv.

GESUNDHEITSTAG 2026

Sonntag, 15. November

9.30 – 15.00 Uhr

Volksschule Nöchling

BLUTSPENDEAKTION
Jede Spende zählt – retten Sie Leben!

Eintritt frei!

Blutbank
UK St. Pölten

GESUNDES NÖCHLING | Tut gut!

Anlässlich des 25-jährigen Jubiläums der
Gesunden Gemeinde Nöchling
möchten wir Sie herzlich zum **6. Gesundheitstag**
am **15. November 2026** einladen!

25 JAHRE Gesunde Gemeinde NÖCHLING

Unsere Vorträge

11.00 Uhr

„Glücksforme(l)n“

Wege zum Glücklichsein

Glücklichsein hat nichts mit dem berühmten Lottosechser zu tun. Es geht um viel mehr: Es geht um die innere Freude und Lebenszufriedenheit. Oft ist uns gar nicht bewusst, dass wir im Alltag so viel Schönes erleben und dass uns Glück eigentlich im täglichen Leben begegnet. Man muss es bloß als solches erkennen!

Mag. Heide-Marie Smolka
Psychologin, Autorin, Referentin

Freiwillige Spende!

13.00 Uhr

„Aktives Stressmanagement“

Neue Möglichkeiten der Stressprävention durch Erkenntnisse aus der Hirnforschung und innovative Diagnosetools.

Dr. Thomas Schöggl
FA f. Physikalische Medizin und allgemeine Rehabilitation
Arzt für Allgemeinmedizin, Sportarzt

Freiwillige Spende!

09.30 – 14.00 Uhr

Blutspenden

Jede Spende zählt –
retten Sie Leben!

Gib Leben weiter!

Jeder Spender erhält ein
Jausenbrot oder eine Mehlspeise!
Sponsoring der Bäuerinnen Nöchling

NÖCHLING

volkshilfe. NIEDERÖSTERREICH

HILFSWERK

wald4tel optik & akustik

Angebote, Informationen, ...

Beckenboden im Fokus – Manuela Niterl
Infostand einer zert. Beckenbodenkursleiterin – einfache Übungen, Alltagstipps, Unterstützungsmöglichkeiten. *„Weil ein fitter Beckenboden dich das Leben genießen lässt."*

Blutzuckerbestimmung inkl. Blutdruckmessung
wird von dipl. Kranken- und Pflegepersonal durchgeführt

Diätologie - Katharina Ringler BSc
Informationsstand einer Diätologin mit Information zu ausgewogener Ernährung, alltagstauglichen Tipps, Rezeptideen, ...

Sportunion Sektion Fitness
Übungen - wie erhalte ich die Kraft und Beweglichkeit

Hilfswerk
Informationsstand, Notruftelefon, Menüservice, Hauskrankenpflege

Kleine Auszeit - Melanie Frühwirt
Informationsstand rund um Wohlbefinden, Entspannung und Körperbewusstsein mit Informationen zu Biokybernetik, Aroma Touch, doTERRA-Öle, ...

Massage Ecker - Patrick Ecker
Einblicke in die Massage

Medikamentenentsorgung - Lindenapotheke
nur Tabletten im Blister, Fläschchen mit Inhalt und Tuben (kein Papier)

NÖ Pflegehotline - Land NÖ
Beratung zu Betreuungs- und Pflegeangeboten

Samariterbund Persenbeug
Vorstellung Samariterkids, ASBÖ, Erste-Hilfe-Maßnahmen, Zoll Defi, First Responder

Sportarzt - Dr. Thomas Schöggl
Beratung bei Problemen mit dem Bewegungsapparat

Tut gut - Aktivstand
Fitnesstestgeräte: Talent Diagnose System - TDS, MFT S3 Check, mobee spine - Spinal Mouse, Challenge Disc

Volkshilfe
Informationsstand, Demenz-Parcour: Erkennen - Verstehen - Handeln

Waldviertel Optik und Akustik
Kostenloser Hör- und Sehtest

Waldviertler Pflanzenkraft - BIOhof Haselberger
Präsentation von Hydrolaten und Gemmo-Mazeraten

Waldviertler Pflanzenkraft

Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs

Diätologie Nährstoffliebe
Katharina Ringler. BSc

NÖ Pflege Hotline

Die Bäuerinnen Nöchling

sorgen für die Verköstigung!

Suppen

warme und kalte Speisen

Getränke

Mehlspeise

Kaffee

Veranstaltungsort:
Volksschule Nöchling
Unterer Markt 12
3691 Nöchling

Sonntag, 15. November 2026

9.30 – 15.00 Uhr

Warum vorbeikommen?

- Gesundheitswissen aus erster Hand
- Kostenlose Beratungen
- Praktische Tipps für den Alltag
- Angebote für jedes Alter

Ganz besonders möchte ich alle **Besucherinnen und Besucher** ersuchen,
an der **Blutspendeaktion - 9.30 bis 14.00 Uhr -** teilzunehmen.
Als Bürgermeister darf ich mich für die Bereitschaft zur Mithilfe
bei allen Mitwirkenden sehr herzlich bedanken und möchte Sie einladen,
die vielfältigen kostenlosen Angebote in Anspruch zu nehmen!

Euer Bürgermeister

Änderungen vorbehalten!

LUKSLIFE
Alles was gut tut. APOTHEKE

MASSAGE ECKER

Die Bäuerinnen.

Kleine Auszeit