

## Presseinformation

3. November 2005

### Gesundheitstag am 5. November in Mödling

**Motto: „Sich gesund genießen“**

Wer sich über Gesundheit, gesunde Ernährung und Wohlbefinden informieren möchte, findet kommenden Samstag, 5. November, von 10 bis 18 Uhr in der Stadtgalerie Mödling ausreichend Gelegenheit dazu. Die Veranstaltung wird von der Stadtgemeinde Mödling organisiert und steht unter dem Motto „Sich gesund genießen“.

Bei den verschiedenen Stationen der Gesundheitsstraße können Blutdruck, Blutzucker und Cholesterinwert bestimmt werden. Weiters besteht die Möglichkeit, einen Lungenfunktionstest und eine Körperfettanalyse durchführen zu lassen. Dazu gibt es einen Workshop „Schaukochen“ sowie Referate über Tai Chi, Yoga und Nordic Walking. Höhepunkt sind um 11 und 14 Uhr zwei Vorträge von Sportwissenschaftler Prof. Hans Holdhaus zum Thema „Die größten Fitnesslügen“.

Außerdem bieten zahlreiche Gesundheitseinrichtungen, Institutionen und Firmen Informationen, Tipps und Anregungen für die Gesundheitsvorsorge. Ziel der Veranstaltung ist es, eine mentale Veränderung des Gesundheitsbewusstseins in der Bevölkerung zu erreichen.

Nähere Informationen: Bürgerservicestelle Mödling, Telefon 02236/400 40.