

„Leutl'n, kommts!“: 1. Aktionstag Gesundheit am 1. Dezember: „Fit mit Philipp“ heizt Klosterneuburg ein

Klosterneuburg macht sich gemeinsam mit Philipp Jelinek stark für den „1. Aktionstag Gesundheit 59plus“ am 1. Dezember. Der wird von der Stadt in Kooperation mit dem Netzwerk „Gut leben mit Demenz in Klosterneuburg“ gestaltet und bietet ein kostenloses, vielseitiges Programm. Der Eintritt ist frei, alle Angebote sind gratis.

„Ich freue mich wahnsinnig auf diese Gelegenheit, in meiner Heimatstadt zu bewegen, zu aktivieren, zu kräftigen, die Leute mitzureißen“, so Philipp bei der Aufwärmrunde, die er gemeinsam mit Bürgermeister Stefan Schmuckenschlager, Stadtrat Karl Schmid-Wilches, sowie den Organisatorinnen Susanne Wolf-Eberl und Waltraud Fastl vom Netzwerk „Gut leben mit Demenz in Klosterneuburg“ absolvierte.

Philipp Jelinek wird nicht nur zwei Finesseinheiten um 14.00 Uhr sowie 17.00 Uhr leiten, sondern auch Bücher signieren sowie Autogramme geben.

„Leutl'n, kommts!“, fordert der Fitnesscoach gewohnt sympathisch zum Mitmachen auf. Er bietet im ORF eine tägliche Bewegungseinheit für alle Altersstufen, die mittlerweile mehr als 200.000 begeisterte Mitturner zählt. Die Sendung brachte ihm die Romy sowie die Ehrung „Sportler mit HERZ 2022“ ein. Info unter www.fit-mit-philipp.at.

Aktionstag Gesundheit 59plus

01. Dezember 2023, 10.00 bis 18.00 Uhr,
Babenbergerhalle, Rathausplatz 25, 3400 Klosterneuburg
Eintritt frei!

Fotos: „Aktionstag“ © Stadtgemeinde Klosterneuburg/Lutz

Bildtext: ORF-Fitnesscoach Philipp Jelinek stimmte sich mit Bürgermeister Stefan Schmuckenschlager (l.), Stadtrat Karl Schmid-Wilches (r.) und den Initiatorinnen Susanne Wolf-Eberl (2.v.r.) und Waltraud Fastl vom Netzwerk „Gut leben mit Demenz“ auf den Aktionstag ein.

1. Aktionstag Gesundheit 59plus soll Klosterneuburg als Vorsorge-Pilotstadt festigen

In Klosterneuburg lässt es sich gut alt werden. Bei der Gruppe der 61- bis 80-Jährigen liegt die Babenbergerstadt über dem landesweiten Durchschnitt. Mit dem Netzwerk „Gut leben mit Demenz in Klosterneuburg“ wurde die Idee geboren, einen eigenen Aktionstag für die aktive, ältere Generation zu veranstalten. Alle jüngeren Familienmitglieder sind ebenfalls herzlich eingeladen.

In der Babenbergerhalle im Herzen der Stadt, auf dem Rathausplatz, gibt der 1. Klosterneuburger Aktionstag Gesundheit 59plus einen Überblick über die vielfältigen Herausforderungen des Alters sowie die große Bandbreite an Angeboten und Unterstützungen in der Stadt. Er bietet ein interaktives Programm, Mitmach-Stationen und **Live-Musik**. Darüber hinaus gibt es gratis Seh- und Hörtests, Blutdruck- und Blutzuckermessung. In **Kurzvorträgen** erfahren die Besucher, was für ein zufriedenes Leben im Alter wichtig ist. Insbesondere ältere Menschen und pflegende Angehörige können sich gratis informieren und beraten lassen. **Beratungsgespräche** rund um Gesundheit, Physiotherapie, Vorsorge, Pflege und Demenz runden das Programm ab. Alle Vortragenden stehen für Einzelgespräche und Fragen zur Verfügung.

Programmhöhepunkte

10.00 Uhr		Begrüßung und Eröffnungsvortrag „ Wohlfühlen und selbstbestimmt leben “, Christina Ristl, Uni Wien
10.30 Uhr		Eröffnung mit LAbg. Christoph Kaufmann, Bürgermeister Stefan Schmuckenschlager, Stadtrat Karl Schmid-Wilches, Susanne Wolf-Eberl; Karotten-Boogie und Liederraten mit der Volksschule Hermannstraße und Allgemeine Sonderschule Albrechtstraße
11.00 Uhr		„ Strategien zur Erhaltung der Lebensqualität im Alter “, OA Michael Klecka, Landeskrankenhaus Klosterneuburg
12.00 Uhr		„ Stolpersteine daheim? “, Andrea Goldemund, „Gut leben mit Demenz“, Christian Gröschl, Rotes Kreuz, Michael Strozer, PBZ Klosterneuburg
13.00 Uhr		Podiumsgespräch „ Gut begleitet ins Alter “, mit Barmherzige Brüder, Hospiz St. Martin, Caritas Pflege, AIS 24h-Betreuung, Community Nursing, Zeitpolster
14.00 Uhr		„ Fit mit Philipp “ mit ORF-Fitnesscoach Philipp Jelinek
14.20 Uhr		Podiumsgespräch: „ Aktiv und Fit ins Alter “, mit MEDEL, Gschweidl, Kneipp-Aktiv-Club, Radeln ohne Alter, Evangelische Gemeinde, Lego Serious Play, Volkshochschule Urania Klosterneuburg
15.00 Uhr		Persönliche, rechtliche Vorsorge , Notarsubstitutin Alice Mondel
16.00 Uhr		„ Demenz – was tun? “, Petra Plunger, Gesundheit Österreich
16.20 Uhr		„ Demenz fordert Angehörige “, Albert Gaubitzer, „Gut leben mit Demenz“
17.00 Uhr		„ Fit mit Philipp “ mit ORF-Fitnesscoach Philipp Jelinek
17.30 Uhr		Musikalischer Ausklang mit Duo Chavée
18.00 Uhr		Ende des 1. Klosterneuburger Aktionstags Gesundheit 59plus

Die Stadtgemeinde und das Netzwerk „Gut leben mit Demenz in Klosterneuburg“ freuen sich auf den „1. Aktionstag Gesundheit“ in der Babenbergerhalle. Das detaillierte Programm mit allen Vorträgen und Angeboten findet sich auf der Website der Stadtgemeinde, www.klosterneuburg.at/Gesundheit_59plus, und unter www.demenz-klosterneuburg.at.

Rückfragehinweis

Mag. Gabriele Schuh-Edelmann

GA I/4 – Öffentlichkeitsarbeit

pressestelle@klosterneuburg.at

T: 02243 / 444 – 302 | M: 0676 / 833 40 302

www.flickr.com/stadtgemeindeklosterneuburg

www.instagram.com/rathausklosterneuburg

twitter.com/RathausK