

# Programm Gesundheitstage 2024

**Dienstag 25. 06. 2024 – U4 Center**

Zeit	Kongress	Bewegungssaal
🕒 09.00 – 09.50	Ankommen bei Smoothies und einem Besuch der Messe	Ankommen bei Smoothies und einem Besuch der Messe
🕒 10.00 – 10.50	Feierliche Eröffnung und Aktivierungseinheit	–
🕒 10.50 – 11.00	Pause	Pause
🕒 11.00 – 11.50	Vortrag 1 Herzgesundheit – Dr. Waldenberger	Rückenfit-Theorie-Praxis Einheit – Sportordination Mag. Michael Koller
🕒 11.50 – 13.00	Mittagspause	Mittagspause
🕒 13.00 – 13.50	Vortrag 2 Bewegungsausgleich für Innen- & Außendienst – Sportordination Mag. Michael Koller	Lunch-Yoga – Nicole Frank
🕒 13.50 – 14.00	Pause	Pause
🕒 14.00 – 14.50	Vortrag 3 Psychische Gesundheit: Resilienz & Schichtdienst – Sabrina Gamauf	Tischfußball-Turnier
🕒 14.50 – 15.00	Pause	Pause
🕒 15.00 – 15.50	Vortrag 4 Ernährung & Umwelt: „Besser essen für das Klima“ – Umweltberatung Michaela Knieli	Brain Moves – Dominik Heinrich
🕒 15.50 – 16.00	Offizielle Verabschiedung im Plenum	Offizielle Verabschiedung im Plenum
🕒 16.00 – 16.30	Ausklang	Ausklang



**WIR HELFEN AUCH  
DEN HELFER\*INNEN**

Hier auch als  
PDF-Download



**SAMARITERBUND  
WIEN**

