



36. Mittersiller Gesundheitstage

Montag, 25.09. bis Freitag, 29.09.2023

Veranstalter ist das Gesundheitskomitee der Stadt Mittersill

Mittwoch, 20.09.2023

- „Keep on Running - Running for Charity“ 09.00 bis 12.00

Montag, 25.09.2023

- Eröffnung der 36. Mittersiller Gesundheitstage 19.00
- Kabarett „Salon Lydia“ 19.15

Dienstag, 26.09.2023

- Musikalische Eröffnung BORG Mittersill 19.00
- Präsentation „Sparkling Science – Atemluft“
- „Klimahoffnung trotz Klimawandel? Was sagen die Feinstaubmessungen im Pinzgau, wie belastet sind wir wirklich?“ 19.30

Mittwoch, 27.09.2023

- „Künstliche Intelligenz und Gesundheit“ 19.00

Donnerstag, 28.09.2023

- „Selbstvertrauen und Zuversicht stärken in Belastungen“ 19.00

Freitag, 29.09.2023

- „Rheuma & Co – richtige Ernährung hilft!“ 19.00

Veranstaltungsort: Nationalparkzentrum, Gerlosstraße 18, 5730 Mittersill

Eintritt beim Kabarett und allen Vorträgen: freiwillige Spenden

Es gelten die jeweils aktuellen Corona-Regelungen!



Das Team der Mittersiller Gesundheitstage (von li. nach re.): Dr. Roland Drexler, Mag. Gudrun Mittermüller, Dr. Ingrid Novotna, Dr. Christian Bernhart, Dr. Ingrid Walsler, Ing. Walter Gandler MBA,

Vorwort

Liebe Freundinnen und Freunde der Mittersiller Gesundheitstage!

Nichts ist so, wie es einmal war ... und alles ist möglich? Die Ereignisse der letzten Jahre bildeten fürwahr einen Trainingsparcours für unsere Anpassungsfähigkeit. Die Pandemie, das brüchig gewordene Vertrauen in Stabilität und Frieden auf unserem Kontinent, ein Klima, das plötzlich nicht mehr zu unserem Land zu passen scheint, eine neue Qualität von digitalem Wissen, das unser Verständnis oftmals überfordert, widersprüchliche Informationen, die alte Gewissheiten umstoßen ... Umbrüche sind dazu da, ja, sie laden uns ein, mitzugestalten an einer neuen Zeit. Hoffnung und Zuversicht sind nicht nur Gesundheitsfaktoren; sie machen uns handlungsfähig. Es braucht uns und unser bestes ICH. Was alles geht, das werden wir gemeinsam mit ausgewählten Referentinnen und Referenten bei unseren Gesundheitstagen in Erfahrung bringen.

Wir freuen uns auf euren Besuch!
Euer Gesundheitskomitee



Geschätzte Besucher und Freunde der 36. Mittersiller Gesundheitstage,

auch heuer bieten uns die Verantwortlichen dieser schon traditionellen Veranstaltungsreihe einen bunten Reigen an Themen an, die uns alle in der einen oder anderen Weise betreffen können. In einer Zeit wie der unseren, wo der Wandel in allen Bereichen so rasch vor sich geht, ist es umso wichtiger, sich immer wieder herauszunehmen, sich Zeit für sich selbst zu gönnen, zu lachen, in die Natur zu gehen, sich mit Freunden zu treffen oder eben die Mittersiller Gesundheitstage zu besuchen und sich weiterzubilden.

Als Bürgermeister freue ich mich sehr, dass es immer wieder Menschen gibt, die Verantwortung für die Gesellschaft übernehmen und ihre Freizeit dafür einsetzen, etwas für die Allgemeinheit auf die Beine zu stellen. Ich bedanke mich ganz herzlich bei allen, die Jahr für Jahr mithelfen, diese Veranstaltung mit Leben zu erfüllen und Vortragende in unsere Region zu bringen, die unseren Horizont erweitern.

Ich danke euch, liebe Zuhörerinnen und Zuhörer, die ihr so fleißig kommt und euer Interesse an den unterschiedlichsten Themenbereichen bekundet. Nur gemeinsam können solche Veranstaltungen von Erfolg gekrönt sein.

Ich wünsche den 36. Mittersiller Gesundheitstagen einen vollen Erfolg, den Besuchern tolle Veranstaltungstage und uns allen eine wunderbare, stressfreie Zeit miteinander.

Herzlichst euer
Dr. Wolfgang Viertler

Ehrenschutz:

Landeshauptmann Dr. Wilfried Haslauer, Bürgermeister Dr. Wolfgang Viertler



Mittwoch, 20.09.2023

**Veranstaltungsort: Nationalparkzentrum
Gerlosstraße 18, 5730 Mittersill**

09.00 bis 12.00 **„Keep on Running – Running for Charity“**

Laufen für einen guten Zweck! Schüler, Lehrer, Eltern, Vereine, Jogger, Walker: Alle sind herzlich eingeladen, bei dieser Veranstaltung mitzulaufen! Auch Zuschauer sind willkommen.

Start und Ziel ist am Zierteich beim Nationalparkzentrum

Ersatztermin bei Schlechtwetter: Freitag 22.09.2023

Veranstalter: alle Mittersiller Schulen und das Gesundheitskomitee

hauptschule  mittersill



BORG
Mittersill

volksschule  mittersill

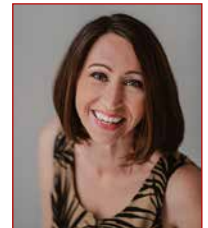
Montag, 25.09.2023

**Veranstaltungsort: Nationalparkzentrum
Gerlosstraße 18, 5730 Mittersill**

19.00 Eröffnung der 36. Mittersiller Gesundheitstage durch Bgm. Dr. W. Viertler

19.15 „Salon Lydia“ Kabarett mit Lydia Prenner-Kasper

Der „Salon Lydia“ ist ein stilvoller Ort kabarettistischer Glückseligkeit! Denn wo lässt es sich besser über die Grotesken des Lebens philosophieren und mit der Seele baumeln als in feiner Atmosphäre mit einem wohlgeschmeckenden Drink, umgeben von Menschen, die einen verstehen. Lydia ist eine wie du und ich, die alle Sonnen- und Schattenseiten des Lebens kennt und am liebsten selbst herzlich über ihr eigenes Schicksal lacht. Noch lieber mit Menschen, denen es genauso geht und mit denen sie ihre besten Geschichten teilen kann. „Salon Lydia“ öffnet seine Pforten nur zu ganz besonderen Anlässen, für ganz besondere Menschen! Treten Sie ein und wundern Sie sich nicht, dass bei Ihrem Besuch kein Auge trocken bleibt.



Lydia Prenner-Kasper

ist Kabarettistin, Moderatorin, Schauspielerin und Sängerin und bereichert seit 2011 die heimische Kabarettszene mit ihrem unvergleichlich direkten Witz. Voller Power führt die Comedy-Queen ihr Publikum mit lebensnahen Geschichten pointenreich zur Selbsterkenntnis, sodass einem gar nichts anderes übrig bleibt, als lauthals zu lachen.

S-VERSICHERUNG
VIENNA INSURANCE GROUP



Dienstag, 26.09.2023

**Veranstaltungsort: Nationalparkzentrum
Gerlosstraße 18, 5730 Mittersill**

19.00 „Klimahoffnung trotz Klimawandel? Was sagen die Feinstaubmessungen im Pinzgau, wie belastet sind wir wirklich?“

Climate Anxiety: Die Angst vor dem Klimawandel ist keine Krankheit, sondern gesundes Empfinden, solange sie nicht das ganze Leben dominiert. Daher gilt es, die positiven Trends zu sehen, die Co-Benefits, den parallelen Nutzen des Handelns im Sinne des Klimas zu verstärken und die Jugend einzubinden, statt depressiv zu machen.



Im Vortrag wird auf die Energiewende eingegangen, auf „Sharing Economy“, auf neue Wirtschaftsformen wie die Gemeinwohlökonomie oder auf die sinkende Geburtenrate.

Und was den Feinstaub betrifft: Hier geht es darum, warum der Dieselskandal den falschen Schadstoff verfolgte und nicht nur die Dosis, sondern besonders die Zusammensetzung das Gift macht und was das für unsere Täler bedeutet.

Vortragender: Dr. med. Heinz Fuchsig

Allgemeinmediziner (früher auch in Mittersill); Umweltreferent der Ärztekammer für Tirol, für die österreichische Ärztekammer tätig mit Schwerpunkten wie Feinstaub, Klimawandel, Co-Benefits Umwelt und Gesundheit; Leiter des Lehrgangs Umweltmedizin; Befassung mit gesundheitlichen Folgen von Extremwetter; Fernlehrgang „Community Preparedness“ mit Schwerpunkt Hitze für Sozial- und Gesundheitseinrichtungen; Initiator eines Beschlusses des Weltärztebundes zur Feinstaubreduktion (2014); Beschluss Klimahandeln der Präsident:innen der deutschsprachigen Ärztekammern in Meran (2022).



Mittwoch, 27.09.2023

**Veranstaltungsort: Nationalparkzentrum
Gerlosstraße 18, 5730 Mittersill**

19.00 „Künstliche Intelligenz und das Gesundheitswesen“

Das Gebiet der Künstlichen Intelligenz hat sich in den letzten sechzig Jahren auf vielfältige Weise entwickelt. Vor allem die zahlreichen Durchbrüche im Bereich des Maschinenlernens im letzten Jahrzehnt versprechen umfassende Umwälzungen in zahlreichen Anwendungsgebieten, darunter im Gesundheitswesen und der Medizin.

Der Vortrag startet mit einem Überblick über das Gebiet der Künstlichen Intelligenz. Darauf aufbauend werden unterschiedliche Anwendungen im Bereich des Gesundheitswesens präsentiert sowie mögliche Herausforderungen in diesem Bereich zur Diskussion gestellt.



Vortragender: FH-Prof. DI Dr. Stefan Huber, MSc.

leitet das Josef Ressel Zentrum für Intelligente und Sichere Industrieautomatisierung an der FH Salzburg, Forschungsleiter des Department Information Technologies and Digitalisation. Er ist Informatiker und Mathematiker. Nach der Promotion Senior Scientist an der Universität Salzburg und PostDoc am Institute of Science and Technology Austria. Seit 2019 Professur im Bereich Industrieinformatik an der FH Salzburg.



Donnerstag, 28.09.2023

**Veranstaltungsort: Nationalparkzentrum
Gerlosstraße 18, 5730 Mittersill**

19.00 „Selbstvertrauen und Zuversicht stärken in Belastungen“ – Ein gestärktes Selbstvertrauen hilft uns dabei!

Im Laufe unseres Lebens werden wir Menschen mit Belastungen unterschiedlichster Art und Intensität konfrontiert. Wir haben oft keinen unmittelbaren Einfluss auf die Belastung selbst, wohl aber darauf, wie wir mit Belastungen umgehen. Ein gestärktes Selbstvertrauen und eine innere Haltung der Zuversicht sind wichtige Hilfen im Umgang mit herausfordernden Situationen. Für uns als Personen und als Gesellschaft ist ein gestärkter und zuversichtlicher Umgang mit Herausforderungen wichtiger denn je.



Vortragende: Mag.a Erna Gappmayer-Löcker

Klinische- und Gesundheitspsychologin an der Landesklinik Tamsweg. Supervisorin, Nachschulungstrainerin für verkehrs-, alkohol- und sonstig auffällige Lenker, unterrichtet an der Gesundheits-/Krankenpflegeschule, Vortrags- u. Seminaraktivitäten für zahlreiche Organisationen. Seit September 2019 eigener Blog „Freude im Alltag“ mit dem Ziel, den Menschen mit einfachsten Mitteln Freude im Alltag zu bereiten - www.Freude-im-Alltag.at

 **LAND
SALZBURG**
Gesundheit

 **KURATORIUM
PSYCHISCHE
GESUNDHEIT**



Freitag, 29.09.2023

Veranstaltungsort: Nationalparkzentrum
Gerlosstraße 18, 5730 Mittersill

19.00 „Rheuma & Co – richtige Ernährung hilft!“

Schmerzen der Gelenke und der Muskeln führen zu einer Verschlechterung der Lebensqualität. Es gibt viele Ursachen für solche Beschwerden. Im Rahmen des Vortrags werden die verschiedenen rheumatologischen Krankheitsbilder besprochen sowie die entsprechenden Therapien, wobei besonders auf eine entzündungshemmende Ernährung eingegangen wird.



Vortragende: Dr.med. Gabriela Eichbauer-Sturm

Fachärztin für Innere Medizin, Zusatzfach für Nephrologie und Rheumatologie, derzeit niedergelassen tätig in Linz und Kitzbühel, zusätzlich gerichtlich beeidete und zertifizierte Sachverständige, zuvor stationsführende Oberärztin an der II. Medizinischen Abteilung des AKH Linz.

ellmauer.
... ZEIT ZU LESEN



BORG
Mittersill



Gandler Risk Management®

Auf Deiner Seite

**WIENER
STÄDTISCHE**
VIENNA INSURANCE GROUP

S-VERSICHERUNG

VIENNA INSURANCE GROUP



SPARKASSE
Mittersill

onau
VIENNA INSURANCE GROUP



VOLKSBANK
MITTERSILL

Gruber & Partner
UNTERNEHMENSBERATUNG

fritzenwallner | gandler
WIRTSCHAFTSRECHNUNG- UND STEUERBERATUNGSGESAMTSCHAFT MBH

HYPO
SALZBURG

gesundheits **stadt**
mittersill

**Raiffeisenbank
Oberpinzgau**

www.oberpinzgau.raiffeisen.at

Impressum:

Herausgeber:

Druck:

Grafische Gestaltung:

Bildnachweis:

Verein zur Förderung von Gesundheit und Bildung

Druck & Design Hönigmann

design am berg | werbeagentur & designstudio

www.istockphoto.com, F. Reifmüller, Archiv Mittersiller Gesundheitstage

Zugestellt durch Post.at