

## **FIT – Erste Tiroler Gesundheitstage mit prominenter Unterstützung „Wie halte ich mich im Alltag körperlich und geistig fit?“**

Antworten zu dieser Frage haben auf der FIT Persönlichkeiten wie Profi Bergsteiger Peter Habeler oder namhafte Ärzte wie Primar Dr. Hermann Kathrein.

Am 20. und 21. September 2013 bietet das SZentrum in Schwaz eine hochkarätige Informationsplattform zu den Gesundheitsthemen unserer Zeit: FIT – die ersten Gesundheitstage in Tirol.

### **Zwei volle Tage für die Gesundheit – 150 m2 Gesundheitscheck**

„Die Säulen für ein körperlich und geistig gesundes Leben sind entsprechendes Wissen, Ernährung und Bewegung. Deshalb bilden diese drei Themen auch die Säulen für das Programm der FIT“, so Manfred Berkmann, GF der Stadtmarketing und Saalmanagement Schwaz GmbH und Veranstalter. In enger Kooperation mit der Ärztekammer Tirol und dem Bezirkskrankenhaus Schwaz wurde ein hochkarätiges Programm ausgearbeitet:

Alle Besucher können Vorsorgeuntersuchungen, Checks zu Blutdruck, Gewicht, Größe, Brustkrebs, Blutzucker, Cholesterin oder Zahngesundheit kostenlos in Anspruch nehmen. „Das Bezirkskrankenhaus Schwaz ist das Gesundheitszentrum des Bezirks und das können wir bei den Tiroler Gesundheitstagen eindrucksvoll unter Beweis stellen“, so auch Mag. Margit Holzhammer, Geschäftsführerin des BKH Schwaz.

Aussteller aus der Gesundheitsbranche präsentieren ihre Produkte und Dienstleistungen.

### **Freitag, 20. 9. 2013:**

#### **„Ist unser modernes Leben aus dem Gleichgewicht geraten?“**

Das Highlight wird die Podiumsdiskussion mit Ärzten, Psychologen und Betroffenen mit von Ärztekammer-Präsident Dr. Arthur Wechselberger. Diese Diskussionsrunde verleiht Einblick in Krankheitsbilder wie Burnout oder Depressionen und bietet Hilfestellung.

Vormittags werden Workshops zu den Themen Ernährung, Sport, Drogen für Schüler ausgearbeitet. Am Nachmittag rücken die Senioren in den Mittelpunkt. Beratung und Informationen zu Vorsorge und Therapie bei Themen wie zum Beispiel Demenz, Tinnitus, etc., erhalten Interessierte von Medizinerinnen und Therapeuten. „Wir wollen am Wissen um Vorsorge und der nötigen Bewusstseinsbildung arbeiten“, so Primar Dr. Hermann Kathrein vom BKH Schwaz.

### **Stadtmarketing und Saalmanagement Schwaz GmbH (Veranstalter)**

Andreas-Hofer-Str. 10 (Top 201) • A-6130 Schwaz

Tel.: +43.5242.6960.101 • Fax: +43.5242.6960.104

E-Mail: [info@tiroler-gesundheitstage.at](mailto:info@tiroler-gesundheitstage.at)

[www.Tiroler-Gesundheitstage.at](http://www.Tiroler-Gesundheitstage.at) • [www.SZentrum.at](http://www.SZentrum.at) • [www.Schwaz.at](http://www.Schwaz.at)

Firmenbuchnummer: FN 326627i • UID: ATU 64917709 • Gerichtsstand: A-6130 Schwaz

Bankverbindung: Volksbank Tirol Innsbruck-Schwaz • Konto 600201651 • BLZ 42390



**Samstag, 21. 09. 2013:**

**„Schnell verschleißt, wer zu viel ruht!“**

Der Profi-Bergsteiger Peter Habeler erzählt über den lebensnotwendigen Adrenalinkick und wie wir Stress für unsere Gesundheit brauchen. „Bewusstseinsbildung für ein gesundes Leben ist von enormer Bedeutung in unserer niemals stillstehenden Gesellschaft, darum ist es mir auch ein persönliches Anliegen, die Tiroler Gesundheitstage in Schwaz zu unterstützen“, bekräftigt Peter Habeler.

Am Samstag bietet die FIT zahlreiche Vorträge und Beratungen zum Thema „Gesundheit für die ganze Familie“. Das Rahmenprogramm verspricht an beiden Tagen auch für die Kleinsten viel Unterhaltung.

**ÜBER FIT - TIROLER GESUNDHEITSTAGE**

Im Herbst 2013 finden im neuen SZentrum in Schwaz zum ersten Mal die „FIT – Tiroler Gesundheitstage“ von 20. bis 21. September statt. Die Stadtmarketing und Saalmanagement Schwaz GmbH veranstaltet in Kooperation mit der Ärztekammer für Tirol und MICE<sup>3</sup> eine Messe mit den Themenschwerpunkten Gesundheit, Ernährung und Gesundheitssport. Die FIT wird sich zwei volle Tage in und um das neue Veranstaltungsgelände des SZentrums in Schwaz abspielen. Die „FIT - Tiroler Gesundheitstage“ bieten ein professionelles und in dieser Form in Tirol einzigartiges Angebot für die ganze Familie. Medizinische Beratung, Informationen zur Vorsorgemedizin, Tipps für einen gesunden Lebensstil, verschiedene Workshops und Vorträge zu Gesundheitsthemen und noch einiges mehr wird dem Besucher an allen zwei Tagen geboten.

**DATUM und ÖFFNUNGSZEITEN**

Freitag, 20. September 2013: 10.00 Uhr bis 19.00 Uhr  
Samstag, 21. September 2013: 9.00 Uhr bis 19.00 Uhr

**AUSSTELLUNGSORT** [www.SZentrum.at](http://www.SZentrum.at)

**DETAILS UNTER** [www.tiroler-gesundheitstage.at](http://www.tiroler-gesundheitstage.at)

*Satz- und Druckfehler sowie Irrtümer und Änderungen vorbehalten!  
Fotos: Stadtmarketing und Saalmanagement Schwaz GmbH*

**Stadtmarketing und Saalmanagement Schwaz GmbH (Veranstalter)**

Andreas-Hofer-Str. 10 (Top 201) • A-6130 Schwaz  
Tel.: +43.5242.6960.101 • Fax: +43.5242.6960.104  
E-Mail: [info@tiroler-gesundheitstage.at](mailto:info@tiroler-gesundheitstage.at)  
[www.Tiroler-Gesundheitstage.at](http://www.Tiroler-Gesundheitstage.at) • [www.SZentrum.at](http://www.SZentrum.at) • [www.Schwaz.at](http://www.Schwaz.at)  
Firmenbuchnummer: FN 326627i • UID: ATU 64917709 • Gerichtsstand: A-6130 Schwaz  
Bankverbindung: Volksbank Tirol Innsbruck-Schwaz • Konto 600201651 • BLZ 42390

