



Die Krankenanstalt Rudolfstiftung freut sich, Sie in Kooperation mit der Volkshochschule Landstraße und mit Unterstützung durch die Bezirksvorstehung Landstraße zum

### 3. Landstraßer Gesundheits- und Umwelttag

am Donnerstag, den 10. Juni 2010, von 10.00–19.00 Uhr in das Bürogebäude der Krankenanstalt Rudolfstiftung, 1030 Wien, Boerhaavegasse 8a, einladen zu dürfen.

**Ehrenschutz:** Mag.<sup>a</sup> Sonja Wehsely, Stadträtin für Gesundheit und Soziales  
Erich Hohenberger, Bezirksvorsteher des Bezirks Landstraße

Der 3. Landstraßer Gesundheits- und Umwelttag versteht sich als Beitrag zur Förderung des Gesundheits- und Umweltbewusstseins der Wienerinnen und Wiener.

**Im Mittelpunkt stehen Informationen zur Kinder-, Frauen- und Männergesundheit.** Sie haben die Möglichkeit, die diagnostischen Einrichtungen des BrustgesundheitsZentrums im Zentralröntgeninstitut und das Herzkatheterlabor der 2. Medizinischen Abteilung zu besichtigen. Die MitarbeiterInnen stehen vor Ort für persönliche Gespräche gerne zur Verfügung.

Umweltschutz ist Gesundheitsschutz. Wir laden Sie ein, mehr über die Bedeutung und Projekte des praktischen Umweltschutzes im Krankenhaus mit seinen über 2.500 MitarbeiterInnen zu erfahren. Nutzen Sie die Möglichkeit, um Ihren persönlichen „ökologischen Fußabdruck“ zu berechnen. Persönliche Kontakte mit der Umweltkoordinatorin und MitarbeiterInnen der Umweltberatung runden diesen Tag ab.

Die Volkshochschule Landstraße bietet ab Ende September folgende Kurse zu diesem Schwerpunkt an: Schwangerschaftsgymnastik, Babymassage, Rückbildungsgymnastik, Eltern-Kind-Turnen, Musikwerkstatt, Kasperltheater, Kinderturnen, Sprachkurse für Volksschulkinder und Vorträge über Ernährung und soziale Gesundheit.

Kommen Sie und informieren Sie sich über das wichtigste Gut des Menschen, gleich welchen Alters: die Gesundheit!

**Der Eintritt ist kostenlos und der Zugang barrierefrei.**

### Programm 10. Juni 2010

#### Konferenzraum

##### Begrüßung

Dr. Ernst Schenk, MBA, Ärztlicher Direktor der KA Rudolfstiftung  
Vorstellung des Schwerpunktkrankenhauses Rudolfstiftung  
Erich Hohenberger, Bezirksvorsteher des Bezirks Landstraße  
Mag.<sup>a</sup> Doris Zametzer, Direktorin der VHS Landstraße  
Moderation: Bruno Ludl

##### Der ökologische Fußabdruck

Dipl.-Ing.<sup>in</sup> Ingrid Tributsch

##### Herzkatheter: Eingriff zur Vermeidung des Herzinfarktes

OA Dr. Walther-Benedikt Winkler

##### ♥liche Ernährung

Susanne Schilling

##### Vorstellung des BrustgesundheitsZentrums

OÄ<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Gabriele Hastermann, OÄ<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Barbara Pacher-Hengl

##### Die Frau in den Wechseljahren

Dr.<sup>in</sup> Eva Rothe

##### Kinästhetik: Alltagsbewegung in jedem Alter

Michael Jagoditsch

##### Prävention des Prostatakarzinoms

Dr. Christopher Springer

##### Der „gute Grund“ – torffreie Erde mit Kompost aus der Biotonne

Dipl.-Ing. Tristan Häußler

##### Was Farben über uns verraten

Ingrid Fischer

##### Familienorientierte Geburtshilfe: Babies sollen sicher und mit Freude geboren werden!

Regine Graf, Astrid Holubovsky, Andrea Sandmaier

##### Zündende Ideen zum rauchfrei werden und bleiben

Mag.<sup>a</sup> Manuela Sagmüller, Dr.<sup>in</sup> Hermine Weidinger-Wascher

16.30–17.00 Uhr

17.00–17.30 Uhr

17.30–18.00 Uhr

18.00–18.30 Uhr

9.30–10.30 Uhr

10.30–10.45 Uhr

10.45–11.45 Uhr

12.15–12.45 Uhr

13.00–14.00 Uhr

14.00–15.00 Uhr

15.00–16.00 Uhr

16.00–17.00 Uhr

17.00–18.00 Uhr

##### Mensch – Natur – Gesundheit: Im Team für die Umwelt

Friederike Weibrich

##### Gittertape – was ist das? Alternativen gegen Schmerz

Eva Engelmann

##### Mit Bachblüten durch den Alltag

Andrea Ehn

##### Der ökologische Fußabdruck

Dipl.-Ing.<sup>in</sup> Ingrid Tributsch

#### Kleiner Konferenzraum

##### Musikwerkstatt

MA Alexandra Sandor

##### Gesunde Ernährung für Kinder und Eltern

Susanne Schilling, Grazyna Dziadzia

##### Musikwerkstatt

MA Alexandra Sandor

##### Kinesiologische Übungen mit Tiefenentspannung

Ilka Wiegrefe

##### Schwangerschaftsgymnastik

Margit Hanzal

##### Babymassage

Andrea Medlitsch

##### Rückbildungsgymnastik

Elfriede Rodlmayr

##### Lachyoga

Susanne Thomaschütz

##### Eltern-Kind-Turnen

Mag.<sup>a</sup> Dimitra Loes-Fellner

## Gesundheitspfad mit Infoständen

**Tag der offenen Tür – 2. Medizinische Abteilung, Herzkatheterlabor, Vortrag 11.00–11.30 Uhr**

**Tag der offenen Tür – BrustGesundheitsZentrum, Vortrag 12.00–12.30 Uhr**

**Besichtigung des Kräutergartens** in der Krankenanstalt Rudolfstiftung

**Weitere Informationen zu den Themen Gesundheit und Umwelt finden Sie den ganzen Tag über an folgenden Ständen:**

**Hilfsmittelversorgung bei Inkontinenz** | Stat.Sr. Ingrid Fabsits, Besprechungsraum Wirtschaft

**Selbstverteidigung** | Robert WAGNER, Exekutivbeamter, staatlich geprüfter Trainer, Theresia Glöckl, staatlich geprüfte Fit-Lehrwartin

**♥liche Ernährung** | DiätologInnen der KA Rudolfstiftung

**Büchertisch** | Buchhandlung Laaber 12.00–19.00 Uhr

**m.a.l.v.e. Miteinander am Leben Vertrauen entwickeln** | Initiative zur Beratung von KrebspatientInnen an der Krankenanstalt Rudolfstiftung

**Bildung und Entspannung** | Volkshochschule Landstraße

**Gesundheitsförderung und Prävention** | Informationsmaterial des Fonds Gesundes Österreich

**Bachblüten** | Andrea Ehn, dipl. Blütenberaterin

**Kohlenmonoxidmessung** | Dr.<sup>in</sup> Hermine Weidinger-Wascher

**Farben – Information und Hilfe im Alltag!** | Ingrid Fischer

**Umweltschutz im Krankenhaus** | Umweltteam der KA Rudolfstiftung

**Der ökologische Fußabdruck** | Die Umweltberatung

**Der „gute Grund“** | Magistratsabteilung 48

**TrashDesignManufaktur** | Die Wiener Volkshochschulen GmbH

**Kinesiologie, emotionaler Stressabbau** | Ilka Wiegrefe

**Hilfsmittel für Sehbehinderte bzw. vergrößernde Sehhilfen** | Christian Zehetgruber

**AQ Taping Concept – erfolgreich angewandt** | Eva Engelmann

### Selbsthilfe und Krankenhaus

**Stomaselbsthilfe** | I c o | Simon Ujvary

**Aktive Diabetiker Austria** | Ingrid Cemper

**Österreichischer Herzverband** | Franz Radl

**Gesellschaft Nierentransplantierte und Dialysepatienten** | Elisabeth Kanert

**Klinefelter Österreich-Ost** | Wolfgang Rögner

**Hepatitis Liga** | Angelika Widhalm

**Fruk & Co** | Angelika Widhalm

**Kopfweh Wien** | Mag.<sup>a</sup> Theres Schaller

**Österreichische Endometriose Vereinigung** | Martina Simader

**Schädel-Hirn-Trauma** | Sigrid Kundela

**Für kleinen Imbiss und Erfrischungen ist gesorgt.**

## Referentinnen und Referenten

DIADZIA Grazyna, Diätologin, KA Rudolfstiftung

EHN Andrea, diplomierte Blütenberaterin

ENGELMANN Eva, Basu GmbH Healthcare

FISCHER Ingrid, ganzheitliche Energieberatung

GRAF Regine, Stationsschwester, Geburtshilfliche Abteilung, KA Rudolfstiftung

HANZAL Margit, Hebamme, Kursleiterin VHS Landstraße

HASTERMANN Gabriele, Dr.<sup>in</sup>, OÄ<sup>in</sup>, Chirurgische Abteilung, KA Rudolfstiftung

HÄUSSLER Tristan, Dipl.-Ing., Magistratsabt. 48 – Abfallwirtschaft und Stoffstrommanagement

HOLUBOVSKY Astrid, Stationsschwester, Geburtshilfliche Abteilung, KA Rudolfstiftung

JAGODITSCH Michael, Maietta-Hatch, Kinästhetiktrainer

LOES-FELLNER Dimitra, Mag.<sup>a</sup>, freiberufliche Wellnesstrainerin, Kursleiterin VHS Landstraße

MEDLITSCH Andrea, DKKS, IBCLC, Craniosacral-praktikerin, Kursleiterin VHS Landstraße

PACHER-HENGL Barbara, Dr.<sup>in</sup>, OÄ<sup>in</sup>, Zentralröntgeninstitut, KA Rudolfstiftung

RODLMAYR Elfriede, freiberufliche Wellness-trainerin, Kursleiterin VHS Landstraße

ROTHE Eva, Dr.<sup>in</sup>, FÄ<sup>in</sup>, Geburtshilfe und Gynäkologische Abteilung, KA Rudolfstiftung

SAGMÜLLER Manuela, Mag.<sup>a</sup>, Klinisch psychologische Beratungsstelle, KA Rudolfstiftung

SANDMAIER Andrea, Stationshebamme, KA Rudolfstiftung

SANDOR Alexandra, MA, Instrumentalpädagogin, Kursleiterin VHS Landstraße

SCHILLING Susanne, Leitende Diätologin, KA Rudolfstiftung

SPRINGER Christopher; Dr., FA i. A. Urologische Abteilung, KA Rudolfstiftung

THOMASCHÜTZ Susanne, freiber. Bewegungs- und Lachtrainerin, Kursleiterin VHS Landstraße

TRIBUTSCH Ingrid, Dipl.-Ing.<sup>in</sup>, Die Umweltberatung

WEIBRICH Friederike, AR<sup>in</sup>, Umweltkoordinatorin der KA Rudolfstiftung

WEIDINGER-WASCHER Hermine, Dr.<sup>in</sup>, freiberufliche Psychotherapeutin und klinische Psychologin

WIEGREFE Ilka, Energetikerin

WINKLER Walther-Benedikt, Dr., OA 2. Medizinische Abteilung, KA Rudolfstiftung

Impressum: Medieninhaber/Herausgeber: Stadt Wien – BV 3, 1030 Wien; für den Inhalt verantwortlich: KAV – Teilunternehmung Krankenanstalten der Stadt Wien, Krankenanstalt Rudolfstiftung, Juchgasse 25, 1030 Wien; Foto: istockphoto.com; Grafik: www.spunk.at, Druck: www.remprint.at. Datum: 4/2010; onlinelektorat@aon.at. Gedruckt auf ökologischem Papier aus der Mustermappe von „Ökokauf Wien“

### Verkehrsanbindung

Straßenbahnlinie 71 Station Kleistgasse

Straßenbahnlinie O Station Rennweg

Autobuslinie 74A Station Eslargasse

Autobuslinie 77A Station KA Rudolfstiftung

U3 Station Rochusgasse

(Ausgang Hainburger Straße)

Schnellbahn Station Rennweg

### Organisation

#### Krankenanstalt Rudolfstiftung

OSr. Christa Neubert-Pleßl

Stabsstelle Gesundheitsförderung

Tel.: 01/711 65-4706

E-Mail: christa.neubert-plessl@wienkav.at

AR<sup>in</sup> Friederike Weibrich, Umweltkoordinatorin

Tel.: 01/711 65-1045

E-Mail: friederike.Weibrich@wienkav.at

#### Volkshochschule Landstraße

Karl Dworschak

Tel.: 01/715 08 00-15

E-Mail: Dworschak.vhs-3@gmx.at



**rundum g'sund**  
ERNÄHRUNG  
BEWEGUNG  
ENTSPANNUNG

**Krankenanstalt**  
**Rudolfstiftung**  
**in Kooperation mit**  
**Volkshochschule Landstraße**

[www.wienkav.at/rundumgesund](http://www.wienkav.at/rundumgesund)

**3. Landstraßer Gesundheits- und Umwelttag**  
Donnerstag, 10. Juni 2010, 10.00–19.00 Uhr  
Bürogebäude der Krankenanstalt Rudolfstiftung, 1030, Boerhaavegasse 8a

**Eintritt frei, barrierefreier Zugang**

