

NÖGKK: Balance für Körper, Geist & Seele

Utl.: Schwerpunkttag für die mentale Gesundheit in Klosterneuburg=

St. Pölten (OTS) - Psychische Erkrankungen sind in den letzten Jahren alarmierend angestiegen. Jeder Vierte ist im Laufe seines Lebens davon betroffen. Doch nach wie vor handelt es sich um ein Tabuthema - viele ignorieren ihre Beschwerden und nehmen keine Hilfe in Anspruch. Laut WHO werden bis zum Jahr 2020 Depressionen an zweiter Stelle der Krankheitsstatistiken (nach Herz-Kreislauf-Erkrankungen) stehen.

Wege zur ganzheitlichen Entspannung und Balance kann man beim Aktionstag "Mentale Gesundheit" der NÖ Gebietskrankenkasse am 22. September 2012 in der Babenbergerhalle in Klosterneuburg kennen lernen. Am Programm stehen Vorträge von Top-Medizinerinnen und -medizinern sowie verschiedene Schnupperkurse - etwa Lach- oder Leichtpunkt-Yoga, Qigong, Gedächtnistraining, Selbstverteidigung und Fantasiereisen. Ein weiterer Schwerpunkt ist das "Seelenkino" mit kurzen Videosequenzen zu aktuellen Themen und anschließender Diskussionsmöglichkeit. Darüber hinaus werden Biofeedback-Messungen, Burnout-Screenings, Reaktions- und Schnelligkeitstests sowie Massagen angeboten. Zahlreiche Info- und Beratungsstände runden das Programm ab.

Nähere Informationen erhalten Interessierte im NÖGKK-Service-Center Klosterneuburg unter der Tel.-Nr. 050899-2313 oder unter www.noegkk.at.

Eintritt frei!

~

"Balance für Körper, Geist & Seele" - Schwerpunkttag für die mentale Gesundheit

Datum: 22.9.2012, 09:00 - 17:00 Uhr
Ort: Babenbergerhalle
Rathausplatz 25, 3400 Klosterneuburg

~

~

Rückfragehinweis:

NÖ Gebietskrankenkasse

Öffentlichkeitsarbeit

Tel.: 050899-5121, Fax: 050899-5181

mailto:oea@noegkk.at

www.noegkk.at

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/436/aom>

*** OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLIESSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.OTS.AT ***

OTS0028 2012-09-07/09:18

070918 Sep 12

Link zur Aussendung:

http://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20120907_OTS0028