

⇒ **Terminavisos: 2. und letzte Information**

Wien, im November 2009

Liebe Gewerkschaftskollegin,
lieber Gewerkschaftskollege des BMUKK, BMWF, SSRfW und BDA-Wien !

Wie bereits in unserem ersten Informationsschreiben angekündigt, erlauben wir uns auch heuer, **Sie sehr herzlich** zu einem **überblicksartigen persönlichen kurzen Gesundheitscheck**, während der Dienstzeit, **einzuladen**.

Die zuständigen Bundesministerien unterstützen diese gewerkschaftliche Aktion wohlwollend und die dafür notwendige freie Zeit wird als gerechtfertigte Abwesenheit vom Dienst angesehen.

Wir freuen uns, wenn Sie eine Kollegin oder einen Kollegen oder vielleicht sogar mehrere zu diesem „X’sunden Tag“ mitbringen, frei nach dem Motto **„bring your friends“**.

Mit Balance X'sund

Mittwoch, 18. November 2009

von 08.30 Uhr bis 16.00 Uhr

GÖD - Erdgeschoss, Schenkenstr. 4, 1010 Wien



Vorort können Sie sich auch von unseren gewerkschaftlichen Leistungen überzeugen bzw. stehen wir als anwesende Gewerkschaftsfunktionäre/innen gerne für Auskünfte bereit.

Die Österreichische Beamtenversicherung (ÖBV) unterstützt diese Aktion und steht an diesem Tag für Auskünfte (z.B.: Zukunftssicherung uvam.) zur Verfügung. Darüber hinaus gibt es auch ein Gewinnspiel von der ÖBV mit interessanten Preisen.

Die **BVA** ist mit einem Team vor Ort und bietet folgende „Check's“ an: **Weitere Schwerpunkte** werden sein:

☞ **Blutdruckmessen**

☞ **Blutabnahme**
(Cholesterin, Zucker, Harnsäure)

☞ **Körperfettwaage**

☞ **Arzt für Abschlussgespräch**

☞ **Arbeitsmedizinische Beratung** -
Fr. Dr. Eva Scherling
Lungenfunktionstest (peak flow meter)

☞ **Polarity** (Massage) – Fr. Karin Herbst

☞ **Qi Gong** - Fr. Birgit Steindl

☞ **Yoga** - Fr. Mag. Eva Klima

☞ Mittags – **Vortrag** - „**Mensch in Balance**“
Fr. HR Christine Gubitzer

Das genaue Tagesprogramm (Qi Gong, Yoga wird einmal vormittags und einmal nachmittags angeboten) erfahren Sie Vorort.

Auf Ihr Kommen freuen sich



Monika Gabriel
Vorsitzende

Elisabeth Grimling
Vorsitzende Stv.

Alexandra Büchler
Organisations- u. Schulungsreferentin