

Termine für die Gesundheit

Innsbruck – Am heutigen Welt-Herz-Tag können Teilnehmer beim öffentlichen Radeln von REHAMED, dem Zentrum für ambulante Herz- und Lungen-Rehabilitation, in der Innsbrucker Maria-Theresien-Straße gleichzeitig für sich und andere etwas Gutes tun: Von 10 bis 13 Uhr wird nicht nur das eigene Herz auf dem Ergometer gestärkt. Für jede geradelte Minute spendet REHAMED Tirol fünf Euro an die Einrichtung Herzkinder.

Gesund entspannen heißt es an diesem Wochenende beim 1. Yoga-Summit-Innsbruck. 33 internationale Lehrer bieten 89 verschiedene Kurse an. Zeit: 30.9. bis 2.10, Ort: Bildungshaus Seehof, Hungerburg. Weitere Infos unter www.yogasummit.at.

Wie Menschen mit Demenz gut begleitet werden können, zeigt der Praxistag Demenz 2016. Vier Workshops sowie Vorträge von Experten sollen Betroffene unterstützen. Zeit: 13.10, 13–21 Uhr. Ort: UMIT, Eduard-Wallnöfer-Zentrum 1, 6060 Hall. Kostenlose Teilnahme, Anmeldung zu den Workshops: praxistag.demenz@tirol-kliniken.at. (TT)