ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT VOM GOLDENEN KREUZE

Programm
April – August 2026

© freepik

VORWORT

Mit den länger werdenden Tagen und den ersten warmen Sonnenstrahlen wächst die Vorfreude auf den Sommer. Gleichzeitig rückt damit ein Thema verstärkt in den Mittelpunkt, das gerade in dieser Jahreszeit besondere Aufmerksamkeit verdient: unsere Hautgesundheit. Die Haut ist unser größtes Organ, Schutzschild und wichtiger Indikator für das innere Gleichgewicht. Sonne und vermehrte Aufenthalte im Freien bedeuten Lebensfreude, stellen aber auch höhere Anforderungen an Schutz und Vorsorge.

Wie gewohnt widmet sich unser Programm nicht nur diesem Schwerpunkt. Auch andere zentrale Gesundheitsfragen finden ihren Platz – von psychischer Resilienz über Osteoporose und Zahngesundheit bis hin zu Tinnitus, Schönheitsmedizin und Wundversorgung. Ergänzt wird das Gesundheitsprogramm durch kulturelle Fixpunkte und bewährte Veranstaltungsformate, die Information und Inspiration miteinander verbinden.

Unsere Initiativen in der Gesundheitsvorsorge führen wir konsequent weiter. Mit den Aktionswochen vom **GESUNDHEITSNETZ GOLDENES KREUZ** und unseren Partner-Apotheken sowie dem **ÖGGK HEALTH MOBIL** bringen wir Prävention auch in diesem Frühjahr weiterhin direkt zu den Menschen. Passende Vergünstigungen zum Schwerpunktthema Hautgesundheit haben wir für Sie gebündelt zusammengestellt.

Alle Details finden Sie auf den nächsten Seiten. Vielleicht ist auch diesmal das eine oder andere für Sie dabei!

Mag. Erika Sander
Generalsekretärin

Dr. Wilhelm Gloss
Präsident

INHALT

SCHWERPUNKT HAUTGESUNDHEIT 6

April

Wunden und Wundmanagement 8
Gesundheitstag Purkersdorf 9
VERSTECKTES WIEN: Canaletto & Belloto 10
KnochenKraft SHG Osteoporose 11
ÖGGK HEALTH MOBIL: Aktiv gegen HPV 12
Peers & Perspektiven 13
Podcast **HÖRENSWERT**: Sonnenschutz 14

Mai

Hautgesundheit & Sonnenschutz 15
Wings For Life App-Run 16
Psychotherapie im Gespräch: Innere Resilienz stärken 17
Aktionswoche: Hautgesundheit 18
VERSTECKTES WIEN: Spittelberg 19
Phänomen Tinnitus 20
Podcast **HÖRENSWERT**: Schönheitsmedizin 21

Juni

VERSTECKTES WIEN: Das literarische Wien 22
Open House der ÖGGK 23
Zahngesundheit & Osteoporose 24
Podcast **HÖRENSWERT**: Wundmanagement 25

August

Allegro Vivo Kulturfahrt: Hymnus an den Süden 26

Vergünstigungen & Services

Partner-Apotheken 28
Vergünstigungen passend zum Schwerpunktthema 29

ANMELDE- UND ZAHLUNGSMODALITÄTEN

Beachten Sie bitte, dass bei kostenpflichtigen Veranstaltungen Ihre Anmeldung verbindlich ist. Sollten Sie verhindert sein, kann diese bis spätestens 24 Stunden vorher an eine andere Person übertragen werden.

Im Sinne der Gemeinnützigkeit werden alle kostenpflichtigen Veranstaltungen von der ÖGGK finanziell gestützt, um sie einem möglichst breiten Publikum zugänglich zu machen.

Mit der Anmeldung akzeptieren Sie, dass während der Veranstaltung Foto- oder Filmaufnahmen gemacht und diese Aufnahmen analog und digital im Zusammenhang mit der Veranstaltung für die Öffentlichkeitsarbeit und die Dokumentation verwendet werden.

Anmeldungen für sämtliche Veranstaltungen
(außer es ist im Programm anders angegeben):
ÖGGK Generalsekretariat
T 01 996 80 92, gesellschaft@oeggk.at
oder direkt über unsere Website **www.oeggk.at**

KOSTENPFLICHTIGE VERANSTALTUNGEN
Der jeweilige Kostenbeitrag muss im Voraus auf unser Konto eingezahlt werden:
Österreichische Gesellschaft vom Goldenen Kreuze
IBAN AT76 3400 0000 0724 5673
Bitte geben Sie als Verwendungszweck den Titel der Veranstaltung an. Eine Barzahlung ist nicht möglich.

STADTSPAZIERGÄNGE
VERSTECKTES WIEN

Besondere Führungen rund um die Geschichte, Kunst und Kultur Wiens.

Die Preise unserer Führungen sind einheitlich und etwaige Eintritte bereits inkludiert. Eventuelle Mehrkosten übernimmt unser Verein im Sinne der Kulturförderung. Unseren Mitgliedern bieten wir außerdem eine Ermäßigung an.

Gerne können Sie wie bisher individuell an nur einem Spaziergang teilnehmen. Darüber hinaus haben Sie aber auch die Möglichkeit, günstige Blöcke zu erwerben.

BLÖCKE FÜR... (VOUCHER)	NORMALPREIS	PREIS FÜR MITGLIEDER
1-mal	€ 15,00	€ 12,00
2-mal	€ 27,00	€ 21,60
3-mal	€ 40,50	€ 32,40
4-mal	€ 48,00	€ 38,40
5-mal	€ 60,00	€ 48,00
6-mal	€ 72,00	€ 57,60
7-mal	€ 79,10	€ 63,00

Jeder Block ist 12 Monate gültig, auf Anfrage ist eine einmalige Verlängerung vorbehaltlich möglich. Die Blöcke sind übertragbar und nicht personenbezogen. Gerne können auch mehrere Gutscheine auf einmal eingelöst werden.

WIR BITTEN BEI ALLEN TERMINEN UM IHRE ANMELDUNG ÜBER UNSER GENERALSEKRETARIAT:
Andrea Feichtinger, T 01 996 80 92, gesellschaft@oeggk.at

Der Kostenbeitrag muss bei allen Führungen vorab auf unser Konto eingezahlt werden. Österreichische Gesellschaft vom Goldenen Kreuze, IBAN AT76 3400 0000 0724 5673.
Bitte geben Sie als Verwendungszweck den Titel der jeweiligen Führung bzw. „Block Verstecktes Wien“ an.
Bitte beachten Sie: Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt.
Bei Verhinderung ist rechtzeitig (24 Stunden vorher) abzusagen, ansonsten wird der Führungsbeitrag verrechnet.

SCHWERPUNKT HAUTGESUNDHEIT

© freepik

Die Haut ist unser größtes Organ – und ein echtes Multitalent. Mit einer Fläche von rund zwei Quadratmetern schützt sie uns Tag für Tag vor äußeren Einflüssen wie UV-Strahlung, Hitze, Kälte, Keimen oder Schadstoffen. Gleichzeitig reguliert sie unsere Körpertemperatur, speichert Wasser und Fett, ist Sinnesorgan für Berührung, Druck und Schmerz – und nicht zuletzt Spiegel unserer Gesundheit.

Auf äußere Einflüsse sowie auf Vorgänge im Körperinneren reagiert die Haut oft höchst sensibel und deutlich erkennbar. Es lohnt sich daher in vielerlei Hinsicht, unser Schutzorgan gut zu pflegen.

Ein zentrales Thema der Hautgesundheit ist der Sonnenschutz. UV-Strahlung zählt zu den Hauptursachen vorzeitiger Hautalterung und erhöht das Risiko für Hautkrebs. Konsequenter Schutz – durch Sonnencreme mit

ausreichendem Lichtschutzfaktor, schützende Kleidung und das Meiden intensiver Mittagssonne – ist daher keine Frage der Jahreszeit, sondern eine tägliche Präventionsmaßnahme. Besonders empfindlich reagieren Kinderhaut und helle Hauttypen.

Neben der medizinischen Vorsorge gewinnt auch die ästhetische Dermatologie zunehmend an Bedeutung. Moderne Verfahren wie Laserbehandlungen, minimalinvasive Filler oder Botulinumtoxin ermöglichen es, Hautbild und -struktur schonend zu verbessern. Dabei steht heute ein natürliches Ergebnis im Vordergrund: Ziel ist nicht die Veränderung, sondern die sanfte Unterstützung individueller Ausstrahlung. Voraussetzung ist stets eine fundierte fachärztliche Beratung.

Ein weiterer wichtiger Bereich ist das professionelle Wundmanagement. Chronische Wunden – etwa bei Diabetes oder Durchblutungsstörungen – stellen Betroffene und Behandelnde vor große Herausforderungen. Innovative Verbandsmaterialien, moderne Therapiekonzepte und interdisziplinäre Zusammenarbeit tragen dazu bei, Heilungsprozesse zu fördern und Komplikationen zu vermeiden. Auch hier gilt: Frühes Handeln verbessert die Prognose.

Hautgesundheit bedeutet somit weit mehr als kosmetische Pflege. Sie verbindet Prävention, medizinische Expertise und individuelle Verantwortung. Wer seine Haut versteht und schützt, investiert nachhaltig in Lebensqualität – in jedem Alter.

Im Frühsommer des Jahres 2026 ist unser Programm daher mit mehreren Vorträgen und Veranstaltungen auf das Thema „Hautgesundheit" ausgerichtet. Weiters gehen wir in der nächsten Ausgabe von **LEBENSWERT** auf die verschiedenen Aspekte gesunder Haut ein und lassen Expert:innen zu Wort kommen. Ebenso konzentrieren wir uns in den drei nächsten Episoden unseres Podcasts **HÖRENSWERT** auf diesen Fokus. Und nicht zuletzt ist auch die Aktionswoche vom **GESUNDHEITSNETZ GOLDENES KREUZ**, die wir gemeinsam mit ausgewählten Partner-Apotheken durchführen, diesem Thema gewidmet.

Sämtliche Programmpunkte sind im Folder mit dem Signet **SCHWERPUNKT HAUTGESUNDHEIT**

DO, 9. APRIL 2026, 18.30 UHR

WUNDEN UND WUNDMANAGEMENT

© freepik

Chronische Wunden bedeuten für viele Betroffene häufig Schmerzen, körperliche Einschränkungen und Sorgen im Alltag. Sie wirken sich oft nicht nur physisch, sondern auch psychisch aus, da die ständige Pflege und das Risiko von Infektionen die Lebensqualität erheblich mindern können. Ziel eines professionellen Wundmanagements ist daher nicht nur eine möglichst schnelle und schonende Heilung der Wunden, sondern vor allem die nachhaltige Verbesserung des persönlichen Wohlbefindens: weniger Schmerzen, gesteigerte Beweglichkeit, höhere Selbstständigkeit und mehr Lebensfreude im Alltag.

FELIX MADAR, Geschäftsführender Gesellschafter der Wundambulanz Therapie & Management GmbH, informiert in seinem Vortrag ausführlich über die unterschiedlichen Arten von Wunden, die entscheidenden Faktoren der Wundheilung sowie über unterschiedliche Behandlungskonzepte. Dabei geht er gezielt darauf ein, wie diese individuell auf die Bedürfnisse der Patient:innen abgestimmt werden können, um den Heilungsprozess bestmöglich zu fördern.

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1), 1010 WIEN

SA, 11. APRIL 2026, 9 – 15 UHR
GESUNDHEITSTAG PURKERSDORF

© freepik

Der Gesundheitstag Purkersdorf am 11. April präsentiert von 9.00 bis 15.00 Uhr eine Vielfalt an Aussteller:innen aus den Bereichen Fitness, Ernährung und mentaler Gesundheit. Über 30 Anbieter zeigen innovative Produkte und Dienstleistungen rund um das Thema Wohlbefinden.

Spannende Fachvorträge geben wertvolle Einblicke in aktuelle Gesundheitsthemen. In Kooperation mit der Cholesterin Allianz bietet die **ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT VOM GOLDENEN KREUZE** vor Ort die Möglichkeit, ein individuelles Lipidprofil zu erstellen, eine HbA1c-Messung durchzuführen sowie sich beraten zu lassen.

Außerdem hält **PRIM. UNIV.-PROF. DR. MARTIN CLODI**, Präsident der Cholesterin Allianz, einen aufschlussreichen Fachvortrag zum Thema Cholesterin.

Ergänzt wird das Programm durch gesundes Catering sowie eine Blutspendeaktion, bei der jeder Beitrag zählt. Eine liebevoll gestaltete Kinderbastelstation fördert außerdem spielerisch das Bewusstsein für Gesundheit. Der Gesundheitstag Purkersdorf 2026 lädt so dazu ein, neue Impulse für ein gesundes Leben zu entdecken.

DIE TEILNAHME IST FREI, ANMELDUNG NICHT ERFORDERLICH

STADTSAAL PURKERSDORF, Bachgasse 10, 3002 Purkersdorf

MI, 15. APRIL 2026, 16.00 UHR
CANALETTO & BELLOTTO

© KHM Museumsverband

Unter dem Motto „Zwei Künstler, drei Städte, drei Perspektiven“ zeigt die Frühjahrsausstellung im Kunsthistorischen Museum herausragende Werke von Giovanni Antonio Canal (1697–1768), bekannt als Canaletto, und seinem Neffen Bernardo Bellotto (1721–1780).

Erstmals im deutschsprachigen Raum werden Stadtansichten von Venedig, London und Wien von beiden Künstlern im Dialog präsentiert. Besucher:innen können die unterschiedlichen Perspektiven der Meister auf die urbanen Räume des 18. Jahrhunderts entdecken. Neben ausgewählten Meisterwerken der beiden berühmten Maler bietet die Ausstellung faszinierende Einblicke in das Zusammenspiel von Kunst, Stadtleben und gesellschaftlichen Strukturen jener Zeit. Ein Muss für alle Liebhaber historischer Städtebilder. Denn die Ausstellung mit Leihgaben und den Werken aus der Sammlung des KHM zeigt ein Panorama Europas und seiner gemeinsamen Kunstgeschichte.

Die Führung findet im Rahmen der Reihe **VERSTECKTES WIEN** statt und wird von **DR. FREDERIKE STERN** begleitet.

KOSTEN UND ANMELDEMODALITÄTEN SIEHE SEITE 5

TREFFPUNKT: FOYER KUNSTHISTORISCHES MUSEUM WIEN, Maria-Theresien-Platz, 1010 Wien

FR, 17. APRIL 2026, 17–19 UHR
STARK TROTZ OSTEOPOROSE

© freepik

Das nächste Treffen der Selbsthilfegruppe KnochenKraft findet im April statt – und zwar unter dem Motto, ein Leben mit mehr Zuversicht und Stärke trotz Osteoporose zu gestalten. In der SHG werden Erfahrungen offen, ehrlich und respektvoll geteilt. Im Fokus steht die gegenseitige Ermutigung, den Alltag aktiv und selbstbestimmt zu gestalten, auf die eigenen Bedürfnisse zu achten und Möglichkeiten zu entdecken, die Knochen langfristig zu stärken. Gleichzeitig entsteht ein Umfeld, in dem Unterstützung und Gemeinschaft spürbar werden.

Das Treffen richtet sich an Menschen mit Osteoporose oder Osteopenie, an ihre Angehörigen sowie an alle Interessierten. Gemeinsam wollen sie Wissen austauschen, Sicherheit gewinnen und Wege finden, die Lebensqualität nachhaltig zu verbessern. Die Veranstaltung bietet Raum für Fragen, Informationen und persönliche Geschichten und möchte Mut machen, aktiv zu bleiben und sich nicht allein gelassen zu fühlen.

TERMINE: 17.04., 15.05., 19.06. und 17.07.2026

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG UNTER 0664 358 32 35 ODER OFFICE@KNOCHENKRAFT.AT

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1), 1010 WIEN

AB MI, 22. APRIL 2026

ÖGGK HEALTH MOBIL: HPV

© ÖGGK

Die stark nachgefragte kostenlose HPV-Impfaktion geht im Frühjahr 2026 ins Finale. Noch bis 30. Juni 2026 können sich junge Erwachsene bis zum 30. Geburtstag kostenlos die Zweitimpfung gegen HPV verabreichen lassen. Sie nehmen damit eine wichtige Vorsorge gegen HPV-bedingte Krebsformen in Anspruch. Einfach möglich ist das im **ÖGGK HEALTH MOBIL**, das im ersten Halbjahr erneut auf Tour durch Österreich sein wird. Der nächste Termin findet am 22. April an der BOKU Wien statt.

Humane Papillomaviren (HPV) verursachen nicht nur Gebärmutterhalskrebs, sondern auch andere HPV-assoziierte Tumorerkrankungen. Dabei gilt: HPV-Impfung und regelmäßige Vorsorge gehören zu den wirksamsten Maßnahmen, um sich zu schützen. Das **ÖGGK HEALTH MOBIL** bietet im Sinne der Prävention bis Juni 2026 allen bis zum 30. Geburtstag, die bereits bis 31.12.2025 die erste Dosis erhalten haben, den niederschwelligen Zugang zur Zweitimpfung.

In den kommenden Monaten macht das Mobil wieder an verschiedenen Standorten in Österreich halt. Weitere Infos und Termine unter **www.oeggk.at/health-mobil**

DIE TEILNAHME IST FREI, ANMELDUNG NICHT ERFORDERLICH

BOKU WIEN, Peter-Jordan-Straße 65, 1180 Wien

DO, 23. APRIL 2026, 18.00 UHR
PEERS & PERSPEKTIVEN

© Broboters Web

Viele Fachkräfte aus dem Gesundheitsbereich der Babyboomer-Generation erleben rund um ihren Pensionsbeginn eine Zeit der Neuorientierung. Nach vielen Jahren im Beruf besteht das Bedürfnis, weiterhin engagiert zu bleiben – fachlich, sozial oder im gesellschaftlichen Kontext. Genau an diesem Punkt setzt das Netzwerk Peers & Perspektiven an, das sich gezielt an Personen ab 55 wendet, die im Gesundheitswesen gearbeitet haben oder noch tätig sind. Doch weshalb ist eine derartige Plattform notwendig? Welche Chancen liegen in der Erfahrung dieser Generation? Und auf welche Weise lässt sich der Schritt vom aktiven Berufsleben in den Ruhestand bewusst gestalten? Diese Themen bilden den Kern der Initiative, die von der ÖGGK unterstützt wird. Ein inspirierender Ansatz für alle, die den Ruhestand nicht als Ende, sondern als Möglichkeit verstehen.

DR. WOLFGANG ANDIEL ist Lead Public Affairs bei Sandoz GmbH und Präsident des Österreichischen Generikaverbandes. Er engagiert sich als Initiator von Peers & Perspektiven für die Sichtbarkeit und Vernetzung dieser Zielgruppe.

PREIS FÜR TEILNAHME: 16 € | FÜR MITGLIEDER: 12 €
WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1), 1010 WIEN

FR, 24. APRIL 2026,
PODCAST: SONNENSCHUTZ

© Astrid Janovsky

Die 59. Episode des ÖGGK-Podcasts **HÖRENSWERT** trägt den Titel „Mythos gesunde Bräune – alles über Sonnenschutz". Sonnencreme ist nicht automatisch wirksamer Schutz – und „ich bin eh schon braun" leider ebenfalls kein verlässlicher Schutzschild. Worauf es beim richtigen Sonnenschutz tatsächlich ankommt, welche Inhaltsstoffe und Produkte sinnvoll sind und wie sich gefährliche Irrtümer und Mythen erkennen lassen – darüber spricht **MAG. ERIKA SANDER** kurz vor Beginn der Sommersaison mit Expertin Mag. pharm. Astrid Janovsky. Diese erläutert außerdem, was genau unter den Begriffen LSF bzw. SPF zu verstehen ist, was sie aussagen und wie häufig man wirklich nachcremen sollte. Außerdem informiert die Expertin über Unterschiede zwischen UV-A- und UV-B-Strahlung und erklärt, worauf man bei empfindlicher Haut besonders achten sollte.

MAG. PHARM. ASTRID JANOVSKY ist Pharmazeutin, Nährstoff-Expertin sowie erfolgreiche Schulungsreferentin und seit über 20 Jahren als Apothekerin tätig.

Mit freundlicher Unterstützung von Eucerin.

JEDERZEIT KOSTENFREI ZU HÖREN UND ZU ABONNIEREN

Sie finden den Podcast unter www.oeggk.at/podcast und über alle gängigen Podcast-Plattformen.

MI, 6. MAI 2026, 18.30 UHR

HAUTGESUNDHEIT & SONNENSCHUTZ

© Astrid Janovsky

Früher war die Sache einfach: eine Tube Sonnencreme, mehr Auswahl gab es kaum. Heute stehen Konsument:innen vor einem wahren Produktdschungel. Neben klassischen Lotions finden sich Fluids, Transparent- und Aerosol-Sprays, Gele, Gel-Cremen und praktische Stifte. Dazu kommen unterschiedliche Lichtschutzfaktoren, spezielle Produkte fürs Gesicht oder für Kinder. Wer soll da noch den Überblick behalten? Und als wäre die Auswahl nicht schon komplex genug, tauchen zusätzlich Fragen zu gut verträglichen Inhaltsstoffen auf. War da nicht einmal etwas mit „krebserregend"? Welche Filter sind sinnvoll, welche umstritten? Und auch Umweltaspekte spielen eine immer wichtiger werdende Rolle.

Apothekerin **MAG. PHARM. ASTRID JANOVSKY** führt in ihrem Vortrag durch den Dschungel des modernen Sonnenschutzes, gibt praxisnahe Tipps für den Kauf und erklärt verständlich, wann, wie oft und in welcher Menge man Produkte richtig anwendet. Denn eines ist klar: Eine Haut ohne Sonnenschutz ist wie Autofahren ohne Sicherheitsgurt.

Mit freundlicher Unterstützung von Eucerin.

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1), 1010 WIEN

SO, 10. MAI 2026, 13.00 UHR
WINGS FOR LIFE APP-RUN

© Marjan Radovic/Wings for Life World Run

Beim Wings for Life World Run starten alle Teilnehmer:innen weltweit zur selben Zeit. Dabei ist es unwichtig, ob man Spitzensportler:in, Hobbyläufer:in oder Lauf-Anfänger:in ist. Eine physische Ziellinie gibt es nämlich nicht. Stattdessen setzt sich 30 Minuten nach dem Start das sogenannte Catcher Car in Bewegung und überholt die Läufer:innen und Rollstuhlfahrer:innen nach und nach. Das Beste: Alle Startgelder und Spenden fließen zu 100 % in die Rückenmarksforschung und helfen dabei, Querschnittslähmung zu heilen.

Der Wings for Life Run ist eine der größten Laufveranstaltungen der Welt und konnte bereits 344 Forschungsprojekte unterstützen.

Im Sinne der gemeinnützigen Gesundheitsförderung möchten wir Sie einladen, mit uns gemeinsam am App-Run teilzunehmen! Mit der App können Sie beim Wings for Life World Run dabei sein, wo immer Sie sind. Die App hält Sie dabei auf dem Laufenden, unterhält und motiviert.

Die Teilnahme ist kostenlos. Ein Teil der Startplätze ist für Mitglieder der ÖGGK und für Teilnehmer:innen des Lauftrainings reserviert.

WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG BIS ZUM 7. MAI 2026

TEILNAHME IN DER WINGS FOR LIFE RUN APP

DI, 12. MAI 2026, 18.00 UHR

INNERE RESILIENZ STÄRKEN

© Clemens Hausmann

Resilienz ist die Fähigkeit, nach schweren Belastungen wieder ins Gleichgewicht zu kommen, Krisen zu bewältigen und sich insgesamt positiv weiterzuentwickeln. Sie beschreibt jene innere Widerstandskraft, die es Menschen ermöglicht, Rückschläge nicht nur zu verkraften, sondern sogar gestärkt aus ihnen hervorzugehen.

In seinem Vortrag, im Rahmen der von **LARA-ANDREA VRANEK** initiierten Reihe „Psychotherapie im Gespräch", erläutert Prof. Dr. Clemens Hausmann, wovon die eigene Widerstandskraft abhängt. Dabei geht er zentralen Fragen nach: Können auch Familien, Teams oder größere Gemeinschaften resilient sein? Und vor allem – wie lässt sich Resilienz im Alltag wie auch im Berufsleben konkret fördern und langfristig stärken?

PROF. DR. CLEMENS HAUSMANN ist klinischer Psychologe am Kardinal Schwarzenberg Klinikum in Schwarzach im Pongau und in eigener Praxis, Lehrbeauftragter der Universität Salzburg und der FH Gesundheitsberufe OÖ sowie Autor mehrerer Fachbücher. Er führt seit vielen Jahren Workshops zum Thema „Die Resilienz stärken" durch.

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1), 1010 WIEN

MO, 18.–23. MAI 2026

AKTIONSWOCHE: HAUTGESUNDHEIT

© freepik

Gesunde Haut ist weit mehr als eine Frage der Ästhetik: Sie erfüllt zentrale Schutzfunktionen und ist ein wichtiger Indikator für das allgemeine Wohlbefinden. Umso bedeutender ist es, Veränderungen frühzeitig wahrzunehmen und Risikofaktoren ernst zu nehmen. Genau hier setzt die Aktionswoche Hautgesundheit an: In den Partner-Apotheken des **GESUNDHEITSNETZ GOLDENES KREUZ** erhalten Interessierte von 18. bis 23. Mai 2026 eine unkomplizierte Möglichkeit, ihre Haut genauer unter die Lupe nehmen zu lassen – inklusive professioneller Beratung.

Im Rahmen dieser Initiative werden Hauttyp, Pigmentveränderungen und individuelle Risikofaktoren wie UV-Exposition, familiäre Vorbelastungen oder Hautauffälligkeiten erfasst. Ergänzend erhalten Teilnehmer:innen Informationen zu geeignetem Sonnenschutz, zur richtigen Pflege sowie zur Früherkennung von Hautkrebs. Ziel ist es, das Bewusstsein für Hautgesundheit zu stärken und zur regelmäßigen dermatologischen Kontrolle zu motivieren. Denn früh erkannt, sind viele Hauterkrankungen gut behandelbar.

Mit freundlicher Unterstützung von Eucerin.

MEHR INFORMATIONEN UNTER:
www.gesundheitsnetz-goldeneskreuz.at/aktuelles

DI, 19. MAI 2026, 16.00 UHR

SPITTELBERG ENTDECKEN

© Michael Schmid

Dieser thematische Rundgang rund um den Spittelberg erschließt ein Viertel mit bewegter Geschichte. Ursprünglich lag der „Spitalberg" mitten im Weideland und gehörte dem Bürgerspital. Nach der zweiten Türkenbelagerung schwer beschädigt, wurde das Gebiet neu aufgebaut und 1850 als Teil des 7. Bezirks Neubau in Wien eingemeindet. Vom 18. bis ins 20. Jahrhundert hatte der Spittelberg wegen der dichten Bebauung und der Prostitution einen schlechten Ruf. Heute gilt er als gelungenes Beispiel behutsamer Luxussanierung. Enge Gassen, versteckte Innenhöfe und gut erhaltene Biedermeierhäuser vermitteln noch immer dörflichen Charme und erinnern an die frühere Vorstadtstruktur. Zum historischen Zentrum Wiens zählend, prägt auch das Volkstheater Wien das Viertel: 1881 als erster Theaterbau nach dem Ringtheaterbrand errichtet, wurde es zum Prototyp vieler Bühnen der Monarchie und zu einem bedeutenden kulturellen Mittelpunkt des Bezirks.

Die Führung findet im Rahmen der Reihe **VERSTECKTES WIEN** statt und wird von **MAG. BRIGITTE LINDINGER** begleitet.

KOSTEN UND ANMELDEMODALITÄTEN SIEHE SEITE 5

TREFFPUNKT: VOR DEM VOLKSTHEATER,
Arthur-Schnitzler-Platz 1, 1070 Wien

DO, 28. MAI 2026, 18.30 UHR
PHÄNOMEN TINNITUS

© pansatori

Jeder sechste Mensch im deutschsprachigen Raum ist zumindest zeitweise von Tinnitus betroffen – dem Ohr- oder Kopfgeräusch, das von keiner äußeren Schallquelle verursacht wird.

Vor allem wenn das Symptom chronisch wird, ist es für die Betroffenen oft unerträglich. Es kann sich durch Piepen, Klopfen, Rauschen, Klicken, Pochen oder Brummen äußern und sowohl einseitig als auch auf beiden Ohren bemerkbar machen. Die Lautstärke wird von Mensch zu Mensch, zu verschiedenen Zeiten sehr unterschiedlich empfunden: vom leisen Säuseln bis hin zum Dröhnen von Düsenjets oder Pressluftbohrern.

In seinem Vortrag informiert **MAG. KLAUS GRÜBL**, Gründer des Tinnituszentrums Braunau und selbst von Tinnitus betroffen, über die unterschiedlichen Formen und zeitlichen Verläufe sowie die weltweite Prävalenz und die Auswirkungen auf die Lebensqualität. Er gibt Einblicke in die Studienlage und stellt auch den ForgTin®-Ohrbügel, ein vom ihm entwickeltes CE-zertifiziertes Medizinprodukt, vor. Möglichkeit zur Beratung ab 18.00.

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1), 1010 WIEN

AB FR, 29. MAI 2026

PODCAST: SCHÖNHEITSMEDIZIN

© Theo Hertenberger

Die 60. Episode des Podcasts **HÖRENSWERT** befasst sich mit dem Thema ästhetische Medizin und trägt den Titel „Wunsch und Wirklichkeit – alles über Schönheitsmedizin". Vor Schönheitsmedizin kann man heutzutage nicht mehr die Augen verschließen. Kaum eine Schauspielerin oder ein Schauspieler hat „nichts machen lassen" – also entweder eine Schönheits-OP oder andere ästhetische Behandlungen wie Botox oder Filler in Anspruch genommen. Aber auch in der breiten Bevölkerung ist das Thema längst angekommen: Expert:innen schätzen, dass in Österreich jährlich zwischen 30.000 und 100.000 ästhetische Eingriffe durchgeführt werden. Tendenz steigend.

In dieser spannenden Folge spricht **MAG. ERIKA SANDER** mit **DR. TAMARA ARNOLDNER** über das komplexe Thema Schönheitsmedizin. Sie beleuchten, was Schönheit für jeden Einzelnen bedeutet, wie Kultur, Zeit und persönliche Wahrnehmung Schönheitsideale prägen und welche professionellen Haltungen Ärzt:innen einnehmen. Darüber hinaus geben sie Einblicke in aktuelle Trends.

JEDERZEIT KOSTENFREI ZU HÖREN UND ZU ABONNIEREN

Sie finden den Podcast unter www.oeggk.at/podcast und über alle gängigen Podcast-Plattformen.

DI, 9. JUNI 2026, 16.00 UHR
DAS LITERARISCHE WIEN

© Oesterreich-Werbung Popp-Hackner

Dieser literarische Spaziergang lädt die Teilnehmer:innen dazu ein, Wien aus überraschenden und ungewohnten Blickwinkeln zu entdecken. Vom sagenumwobenen Lieben Augustin über den unverwechselbaren Helmut Qualtinger bis hin zu Hans Weigl, Sissy Kramer und der berühmten Kaiserin Elisabeth entfaltet sich eine abwechslungsreiche Folge bekannter und weniger bekannter Persönlichkeiten, deren Geschichten und Schicksale die Stadt in neuem Licht erscheinen lassen. Zwischen mittelalterlichen Sagen und habsburgischem Mythos begegnet man Künstlerinnen und Künstlern, die Geschichte und Gegenwart immer wieder neu deuteten, ebenso wie exzentrischen Kaffeehausliteraten und scharfsinnigen Kritikerinnen und Kritikern und humorvollen Beobachtern des Wiener Lebens. Eine Prise Kabarett und sogar ein kleines Stück Hollywood dürfen dabei ebenso wenig fehlen wie die unverwechselbare Atmosphäre, die Wien auszeichnet.

Die Führung findet im Rahmen der Reihe **VERSTECKTES WIEN** statt und wird von **DR. FRIEDERIKE STERN** begleitet.

KOSTEN UND ANMELDEMODALITÄTEN SIEHE SEITE 5

TREFFPUNKT: Schwedenplatz vor dem Eissalon, Aufgang Hafnersteig; Ende: Volksgarten

DO, 18. JUNI 2026, 19.00–22.00 UHR

OPEN HOUSE DER ÖGGK

© ÖGGK

Die **ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT VOM GOLDENEN KREUZE** lädt ihre Mitglieder herzlich zu einem Open House in die Räumlichkeiten auf der Kärntner Straße in Wien ein. In entspannter und gemütlicher Atmosphäre können sie bei Getränken und kleinen Köstlichkeiten ins Gespräch kommen, Ideen austauschen und sich über aktuelle Projekte informieren.

Die Veranstaltung richtet sich exklusiv an unsere Mitglieder. Sie bietet Raum für persönliche Begegnungen, angeregte Gespräche und den direkten Austausch mit dem Präsidium, den Delegierten und anderen Mitgliedern. Gleichzeitig ist das Open House eine Gelegenheit, die vielfältigen Aufgaben der ÖGGK besser zu verstehen und sich über Entwicklungen und Initiativen auszutauschen.

Freuen Sie sich auf einen Abend, der ganz im Zeichen des Miteinanders steht – im Sinne des Leitgedankens der ÖGGK, Gesundheit, Engagement und Wohlbefinden als festen Bestandteil des Alltags zu fördern und gemeinsam zu feiern.

EXKLUSIV FÜR MITGLIEDER DER ÖGGK
DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1), 1010 WIEN

DO, 25. JUNI 2026, 18.00 UHR
ZAHNGESUNDHEIT & OSTEOPOROSE

© Universitätszahnklinik Wien

Die Verbindung zwischen Mundgesundheit und Osteoporose wird häufig unterschätzt. Medikamente, die zur Behandlung der Osteoporose eingesetzt werden, stärken zwar die Knochen, können aber gleichzeitig Auswirkungen auf den Kieferknochen haben. Dies kann bei zahnärztlichen Eingriffen gelegentlich Unsicherheiten hervorrufen, die durch fundiertes Wissen vermeidbar sind.
In ihrem Vortrag erklärt Assoz. Prof. DDr. Ulrike Kuchler die Zusammenhänge zwischen eingesetzten Arzneimitteln und der Mundgesundheit. Besonderer Fokus liegt auf der Bedeutung der eigenen Vorsorge sowie der engen Zusammenarbeit zwischen Zahnärztin oder Zahnarzt und der behandelnden Ärztin bzw. dem behandelnden Arzt. Eine sorgfältige Planung zahnärztlicher Maßnahmen trägt entscheidend dazu bei, die Sicherheit und Gesundheit der Patient:innen optimal zu gewährleisten.
ASSOZ. PROF. DDR. ULRIKE KUCHLER studierte Zahn- und Humanmedizin und arbeitet an der Universitätszahnklinik Wien sowie in der Privatpraxis. Der Vortrag findet in Kooperation mit der Selbsthilfegruppe KnochenKraft statt.

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1), 1010 WIEN

AB FR, 26. JUNI 2026

PODCAST: WUNDMANAGEMENT

© freepik

In „Offene Wunden, offene Fragen – was Wundmanagement kann“ dreht sich alles um ein Thema: Wunden und ihre richtige Versorgung. Ob eine kleine Schnittwunde, eine hartnäckige Blase oder eine Verletzung, die einfach nicht heilen will – fast jede:r hat schon Erfahrungen damit gemacht. Trotzdem wissen viele nicht, warum manche Wunden problemlos verheilen und andere zu chronischen Problemen werden.

Genau darüber spricht **MAG. ERIKA SANDER** in der 61. Episode von **HÖRENSWERT** mit Felix Madar. In dieser Folge werden die häufigsten Missverständnisse rund um Wundheilung beleuchtet und praktische Hinweise gegeben, wie man Wunden richtig versorgt. Dabei geht es nicht nur um Pflaster und Salben: Ernährung, Durchblutung, Bewegung und moderne Therapien wie Haemo-Laser, oder Ultraschall-gestützte Wundreinigung spielen eine zentrale Rolle.

FELIX MADAR ist Wundmanager, Experte für professionelles Wundmanagement und Inhaber der Wundambulanz Therapie & Management GmbH.

JEDERZEIT KOSTENFREI ZU HÖREN UND ZU ABONNIEREN

Sie finden den Podcast unter www.oeggk.at/podcast und über alle gängigen Podcast-Plattformen.

SA, 29. AUGUST 2026
ALLEGRO VIVO KULTURFAHRT

© Reinhard-Podolsky

Allegro Vivo und die ÖGGK laden herzlich zur Kulturfahrt ins Waldviertel ein.

Nach einer exklusiven Führung durch das Renaissanceschloss Greillenstein können sich die Konzertgäste im gemütlichen Gasthof Wildrast stärken. Danach ist im Kulturstadl des Schlosses Göpfritz ein hochkarätiger Klavierabend zu vier Händen mit Kateryna Titova und Eduard Kutrowatz erlebbar. Michael Dangl liest dazu Texte von J. W. v. Goethe (aus: „Italienische Reise"), E. T. A. Hoffmann (zum 250. Geburtstag) sowie eigene Texte aus „Hymnus an den Süden" und schafft damit einen stimmungsvollen literarischen Rahmen.

14.00	Abfahrt 1010 Wien, Operngasse 4
15.30	Führung Schloss Greillenstein
17.00	Möglichkeit zum Essen/Kaffeejause im Gasthof Wildrast, Göpfritz (eigene Rechnung)
19.00	Konzert „Hymnus an den Süden"
21.00	Rückfahrt

PREIS € 95,– | FÜR ÖGGK MITGLIEDER € 85,–
(enthält Konzertticket 1. Kategorie, Busfahrt, Führung)

Anmeldung: Andrea Feichtinger, T.: 01 996 80 92, E: gesellschaft@oeggk.at

TREFFPUNKT: Operngasse 4, 1010 Wien

FÜR MITGLIEDER GÜNSTIGER

© Fotocredit

Mitglieder der **ÖSTERREICHISCHEN GESELLSCHAFT VOM GOLDENEN KREUZE** profitieren von zahlreichen Vorteilen, die unter anderem auch die Hautgesundheit unterstützen. Neben attraktiven Rabatten auf Gesundheitsprodukte und apothekenübliche Waren erhalten Sie Ermäßigungen auf hochwertige Angebote, die speziell auf die Pflege, Vorsorge und Regeneration der Haut abgestimmt sind. Im Fokus stehen dabei Leistungen aus den Bereichen Hautvorsorge, dermatologische Beratung, Wundversorgung, regenerative Pflege sowie kosmetische Unterstützung. Diese Angebote helfen, bereits geschädigte Haut gezielt zu behandeln und zugleich gesunde Haut zu schützen, ihre natürliche Vitalität zu bewahren und sie langfristig gesund zu erhalten.

Wir empfehlen Ihnen, bereits vor dem Kauf oder der Buchung Ihre Mitgliedschaft zu erwähnen und Ihre Mitgliedskarte vorzuzeigen, um diese exklusiven Angebote nutzen zu können. Für zusätzlichen Komfort und Bequemlichkeit bieten wir unseren Mitgliedern die Möglichkeit, sich im Mitgliederbereich auf unserer Website **www.oeggk.at** zu registrieren.

Dort finden Sie alle wichtigen Informationen und können unter anderem auch Ihre digitale Mitgliedskarte erhalten. Auf diese Weise haben Sie Ihre Vorteile jederzeit griffbereit und können sie einfach und bequem verwenden, ganz gleich, wo Sie sich gerade befinden.

APOTHEKEN

Mitglieder sparen bis zu 20 % auf das Zusatzsortiment in Apotheken des Gesundheitsnetzes:

Alte Leopoldsapotheke, 1010 Wien
Rotunden Apotheke, 1020 Wien
Apotheke Nordbahnviertel, 1020 Wien
Apotheke im Stadioncenter, 1020 Wien
Aeskulap-Apotheke, 1030 Wien
Apotheke an der Kettenbrücke, 1050 Wien
Essenz Apotheke Mariahilf, 1060 Wien
Apotheke am Spittelberg, 1070 Wien
Essenz Apotheke Neubau, 1070 Wien
Josefinen Apotheke, 1090 Wien
Wienerberg Apotheke, 1100 Wien
Die Apotheke am Liesingbach, 1100 Wien
Kurapotheke Oberlaa, 1100 Wien
Essenz Apotheke Gasometer, 1110 Wien
Apotheke zum lachenden Pinguin, 1120 Wien
Apotheke am Lainzer Platz, 1130 Wien
Ameis Apotheke, 1140 Wien
Adler-Apotheke, 1160 Wien
Bach Apotheke, 1160 Wien
Armonia Apotheke, 1170 Wien
St. Martin Apotheke , 1170 Wien
Neulerchenfelder Apotheke, 1170 Wien
Gersthofer Apotheke, 1180 Wien
Apotheke zur guten Hoffnung, 1190 Wien
Billroth Apotheke, 1190 Wien
Citygate Apotheke, 1210 Wien
Apotheke Donau City, 1220 Wien
Apotheke zum Löwen von Aspern, 1220 Wien
Seestadt Apotheke, 1220 Wien
Markus-Apotheke, 1220 Wien
Kreisapotheke zum schwarzen Adler, 2100 Korneuburg
Apotheke Mistelbach, 2130 Mistelbach
Mag. Job's Essenz Apotheke, 2544 Leobersdorf
Apotheke am Schillerplatz, 4020 Linz
Mag. Job's Kreisapotheke, 7100 Neusiedl/See
Mag. Job's Apotheke, 7111 Parndorf
Mag. Job's Apotheke, 7121 Weiden/See

ESTETICAMED

Esteticamed ist spezialisiert auf Kosmetik, Massage und Ernährungsberatung mit ärztlicher Begleitung. Die Leistungen umfassen unter anderem manuelle Lymphdrainage, Kosmetikbehandlungen wie Mikrodermabrasion, Ultraschall, Mikroneedling sowie Ernährungsprogramme und Leberfasten nach Dr. Worm. Mitglieder erhalten 10 % Ermäßigung auf Behandlungen und 5 % auf alle Produkte (außer Blöcke und Angebote) sowie ermäßigte Beratungstermine zum Leberfasten.

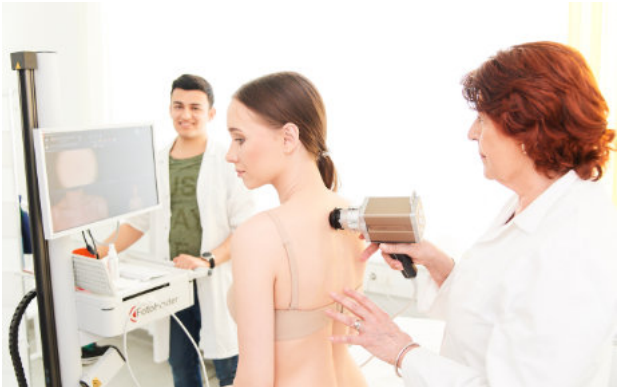
Weitere Infos:
www.oeggk.at/esteticamed

WUNDAMBULANZ

Chronische Wunden bedeuten oft Schmerzen und Einschränkungen im Alltag. In der Wundambulanz behandeln TÜV-zertifizierte Wundmanager:innen nach höchsten Qualitätsstandards und setzen modernste Methoden ein. Ziel ist neben schneller und schonender Heilung vor allem die Verbesserung der Lebensqualität. Weniger Schmerzen – dank persönlicher Betreuung. ÖGGK-Mitglieder erhalten 20 € Rabatt pro Behandlung. Weitere Infos:
www.oeggk.at/wundambulanz

PREVENTUM

Mitglieder der ÖGGK erhalten eine Ermäßigung von 20 % auf die aktuellen Preise im PREVENTUM Medical Prevention Center Vienna, der ersten Adresse für Hautkrebsvorsorge in Wien. Bitte weisen Sie bereits bei der Terminvereinbarung auf die Mitgliedschaft hin!
www.oeggk.at/preventum



MAVIE MED

Das Vorsorgemodul „Gesunde Haut“ von Mavie Med – angeboten in der Privatklinik Confraternität – unterstützt Sie dabei, gesundheitliche Risiken früh zu erkennen. Mit zielgerichteten Untersuchungen, moderner Diagnostik und fachkundiger Begleitung behalten Sie Ihre wichtigsten Gesundheitswerten im Blick.

ÖGGK-Mitglieder profitieren von 10 % Ermäßigung auf alle Leistungen der Vorsorgekataloge:
www.oeggk.at/verguenstigung/mavie-med

ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT VOM GOLDENEN KREUZE

WIR BEGLEITEN SIE

Sie sind noch nicht Mitglied der Österreichischen Gesellschaft vom Goldenen Kreuze?

Bereits für einen geringen Beitrag (Beitrittsgebühr einmalig € 25,– und Mitgliedsbeitrag pro Jahr € 45,–) genießen Mitglieder wertvolle Unterstützung und Vergünstigungen rund um die Belange ihrer Gesundheit – zum Beispiel:

- eine attraktive Gruppenversicherung mit allen Vorteilen einer privaten Zusatzversicherung
- den kostenlosen Zugang zu „Arzt & Apotheke – die Telemedizin der ÖGGK“
- Vergünstigungen bis zu 20% beim Bezug von Apothekerwaren des Zusatzsortiments
- Vergünstigungen in diversen Wellnesshotels
- Vergünstigungen bei Aufenthalten in einem Senioren- und Pflegeheim
- Vergünstigungen bei Bandagisten in Wien
- Ermäßigungen auf Konzerte des internationalen Kammermusikfestivals „Allegro Vivo“
- Gemeinsame Kultur- und Konzertfahrten
- Ermäßigungen bei kostenpflichtigen Angeboten der ÖGGK
- und vieles mehr

WERDEN SIE JETZT MITGLIED!

Mehr dazu unter **www.oeggk.at/mitglied-werden**

ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT VOM GOLDENEN KREUZE

Kärntner Straße 26, 1010 Wien
(Eingang Marco-d'Aviano-Gasse 1)
T 01 996 80 92
gesellschaft@oeggk.at
www.oeggk.at