„Vorsorge Aktiv“-Gesundheit für mich

Das Programm richtet sich an Erwachsene aus Niederösterreich mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die ihren Lebensstil nachhaltig ändern möchten. **„Vorsorge Aktiv“** baut auf den **drei Säulen der Gesundheit - Bewegung, Ernährung sowie mentale Gesundheit** - auf und findet direkt in Ihrer Gemeinde statt. Die Kosten für eine Kursteilnahme belaufen sich auf €99 für 72 Einheiten.

Vortrag mit OA Dr. Rudolf Paumann, MSC

FIT ein LEBEN lang!

„Iss nur etwas Gscheites! Turne bis zur Urne! Gehe langsam, wenn du es eilig hast!“

Im Anschluss - Infos zum Programm "Vorsorge Aktiv" in NEUHOFEN/YBBS

Freitag, 28. April 2023, 19 UHR

Gemeindesitzungssaal (Millenniumsplatz 1, 3364 Neuhofen/Ybbs)

gesund.leben.tut.gut

www noetutgut.at/vorsorge-aktiv