



**GESUNDES
FERSCHNITZ** |



Vortrag mit Mag. Dr. Christa Kummer

**am 6. Oktober 2021 um 18:30 Uhr
im Gasthaus Affengruber**

**„Gesundheitsbewusst und nachhaltig auf den Spuren des
Klimas wandeln“**

Folgende Fragen werden in den Vorträgen mit Christa Kummer beantwortet:

- ***Welchen Einfluss hat das Wetter, Klima auf die Gesundheit?***
- ***Wie kann ich mein Leben im Einklang mit der Natur gestalten?***
- ***Wie kann ich das mit meinem körperlichen Wohlbefinden unter einen Hut bringen?***

Diese Vorträge unterstützen die Bürgerinnen und Bürger auf dem Weg zu einem gesünderen Lebensstil. Gesund leben bedeutet auch, sich auf Einflüsse von außen einzustellen und im Einklang mit Natur und Umfeld zu leben. Das Klima und das Wetter sind ständige Begleiter, die unser Wohlbefinden vielfältig beeinflussen.

Mit dem Vortrag „**Gesundheitsbewusst und nachhaltig auf den Spuren des Klimas wandeln**“ möchte die „Tut gut!“ Gesundheitsvorsorge GmbH einen Einblick geben, wie Klima, Wetter und Gesundheit zusammenhängen und wie sich jede und jeder Einzelne darauf gut und im Sinne des Wohlbefindens einstellen kann.

Mag. Dr. Christa Kummer unterstützt die Bürgerinnen und Bürger im **ERKENNEN – UMDENKEN – UMSETZEN** anhand von praktischen Tipps zu Themen wie Wetterfühligkeit, Allergien, Urlaubsplanung, usw.

Eintritt frei