



MIT AUSREDEN VERBRENNT MAN KEINE KALORIEN!

Vorsorge Aktiv

**Start: Dienstag, 10. März 2026, 19 Uhr
im Sitzungssaal des Gemeindeamtes (Eingang hinten)**

jeden Dienstag ab dem Starttermin

- 24 Einheiten pro Bereich
Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit
- Begleitung durch ein professionelles Expertenteam
- Intensive Betreuung bis zu 9 Monate
- Angebot direkt in Seitenstetten
- Wöchentliche Termine in der Gruppe
- Empfehlung durch praktische/n Ärztin/Arzt
- Teilnahmekosten: € 84,00 für den gesamten Kurs

Anmeldung ab sofort möglich!

Infos und Anmeldung bei Ulrike Brandstetter
Tel. 0676/858 70 34537, E-Mail: ulrike.brandstetter@noetutgut.at



gesund.leben.tut.gut



www.noetutgut.at/vorsorge-aktiv