



GESUNDES
STRENGBERG



Vortrag „Fit ein Leben lang“

mit OA Dr. Rudolf Paumann, Internist im LKH Scheibbs

anschließend

Vorstellung des Programms

„Vorsorge aktiv“

durch Mag. Ulrike Brandstetter (Initiative „Tut gut“)

„Vorsorge aktiv“ – Gesundheit für mich

HAND AUFS HERZ: Wie ist es um Ihren Lebensstil bestellt? Fühlen Sie sich wohl in Ihrer Haut? Gibt es bereits ein Herz-Kreislauf-Risiko? Gewohnheiten zu ändern und den Alltag gesünder zu gestalten, ist nicht immer einfach ...

Wir haben die Lösung: Mit dem „tut gut“ Programm „Vorsorge aktiv“ können Sie Ihren Lebensstil ganz leicht zum Positiven verändern! Die Kosten für eine Kursteilnahme belaufen sich auf € 99,- für 72 Kurs-Einheiten (bei genügend Teilnehmern wöchentliche Termine in Strengberg über ca. 6 bis 9 Monate).

Montag, 29. November 2021, 19 Uhr

im **Sitzungssaal** der Marktgemeinde
Strengberg, Markt 10

Ansprechpartnerin: Christa Kaltenbrunner (Leiterin Gesunde Gemeinde Strengberg)

Eintritt frei! 3G-Nachweis erforderlich.