



Einladung

Power for your bones - Sturzprävention

mit Gesundheitspädagogin

Frau Hannelore Kimeswenger-Heschl M.Ed.

- Welche Maßnahmen sind sinnvoll um Stürze und deren Folgen zu vermeiden?
- Welche Bedeutung haben Vitamine und Mineralstoffe in diesem Zusammenhang?
- Wie kann ich mein Heim sicherer machen?

Diese und viele andere Fragen werden in dem Workshop besprochen. Zusätzlich erlernen sie Übungen im Sinne von Koordinations- und Gleichgewichtstraining.

WANN: Freitag, 27. September 2019 um 17 Uhr

WO: Mallnitz, Tauernsaal

KOSTEN: Freier Eintritt

ANMELDUNG: Gesunde Gemeinde Mallnitz, ☎ 04784 255

Auf Ihre Teilnahme freut sich der Bürgermeister der
„Gesunden Gemeinde“ Mallnitz BR Günther Novak
und AK-Leiterin Melanie Krainer

Diese Veranstaltung wird gefördert vom Gesundheitsreferat des Landes Kärnten