

Einladung

Workshop Power for your bones Osteoporose-Prävention

Welchen Einfluss haben Bewegung, Ernährung, Mineralstoffe, Vitamine u.a. auf die Gesundheit unserer Knochen? Wie können sie die Entstehung von Osteoporose beeinflussen und welche Möglichkeiten der Vorbeugung gibt es?

Dieser Workshop bietet viele Informationen dazu. Zusätzlich erlernen Sie Übungen, welche Sie leicht in Ihren Alltag einbauen können.

**mit Hannelore Kimeswenger-Heschl, M.Ed.
Gesundheitspädagogin**

**Mo, 12. Nov. 2018 um 18 Uhr
im Rathaus Hermagor (1. Stock)**

Die Teilnahme ist kostenlos!

Mitzubringen sind bequeme Kleidung und gute Laune.

**Information und Anmeldung unter: Gesunde Gemeinde Hermagor,
Gaby Zerza, Tel. 04282/2333-237 oder gaby.zerza@hermagor.at**

Die „Gesunde Gemeinde“ Hermagor freut sich auf Ihren
Besuch!



Power
for your bones

H. Kimeswenger-Heschl, M.Ed.

gesunde
gemeinde 

LAND  KÄRNTEN



**gesundheitsland
kärnten**
www.gesundheitsland.at