



**GESUNDES
BÄRNKOPF** |



Vortrag:
FIT ein LEBEN lang!

Vortragender: OA Dr. Rudolf Paumann, MSC
LK Scheibbs, Interne Abteilung

Montag, 28.11.2022 um 19:00 Uhr
Einkehrstube Wackelstein
3665 Bärnkopf 134

Die in den letzten 30 Jahren zunehmenden Wohlstandserkrankungen kann man nicht mit Medikamenten heilen, sondern nur über eine Änderung des Lebensstils.

WAS bedeutet FIT zu sein?

Was ist ein LEBEN lang? Was bedeutet Lebenserwartung und was Lebensqualität?

Was kann ich selbst beitragen, um fit zu werden und zu bleiben?

„Gesundheit ist kein Geschenk, sondern eine Aufgabe!“

Eintritt frei!

Auf Euer Kommen freut sich die Gesunde Gemeinde Bärnkopf