„Vorsorge Aktiv“

Ein Programm für einen gesünderen Lebensstil!

6 bis 9 Monate Unterstützung und Begleitung durch ein professionelles Team!

(Beginn ab einer Gruppe von 8 bis 15 Teilnehmer/innen)

Programm für die drei Säulen der Gesundheit

- **Ernährung**: gezielte Infos, Kostproben, Austausch und Kochworkshops
- **Bewegung** mit prof. Trainer/in
- **Mentale Gesundheit**: Batterien aufladen, Entspannung genießen

Förderung vom Land NÖ, daher nur

99,00 Euro/ Person für gesamtes Programm und Dauer

Nähere Informationen
www.noetutgut.at/angebote/vorsorge-aktiv

oder bei
Christine Radinger
0664 73838408