

„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/angebot

noe/vorsorge-aktiv

oder bei

Christine Radinger

0664 73838408