



**MIT AUSREDEN
VERBRENNT MAN
KEINE KALORIEN!**

„Vorsorge Aktiv“
Unser Gesundheitsprogramm

INFOABEND

13. November 2023, 19 Uhr

im Georgsaal der Gemeinde St. Georgen am Ybbsfelde

Eintritt frei!

Infos unter: **Mag. Ulrike Brandstetter**
0676/8587034537, ulrike.brandstetter@noetutgut.at



[gesund.leben.tut.gut](https://www.gesund.leben.tut.gut)



[noetutgut.at/vorsorge-aktiv](https://www.noetutgut.at/vorsorge-aktiv)



„Vorsorge Aktiv“

Mit dem „Tut gut!“-Programm können Sie Ihren Lebensstil positiv verändern!

„Vorsorge Aktiv“ richtet sich an Erwachsene aus Niederösterreich mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

- 👍 **24 Einheiten pro Bereich**
Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit
- 👍 **Begleitung durch ein professionelles Expertenteam**
- 👍 **Intensive Betreuung bis zu 9 Monate**
- 👍 **Angebot direkt in Ihrer Gemeinde**
- 👍 **Wöchentliche Termine in der Gruppe**
- 👍 **Empfehlung durch praktische/n Ärztin / Arzt**
- 👍 **Teilnahmekosten: 99,- für den gesamten Kurs**



gesund.leben.tut.gut



www.noetutgut.at/vorsorge-aktiv