



GEMEINDE GUTENBERG-STENZENGREITH

Kleinsammering 96, 8160 Gutenberg-Stenzengreith, Tel. 03172 71 00

www.gutenberg-stenzengreith.gv.at



ROADSHOW

Prävention 3.0

Ihre Lebens- und Sozialberater*innen
für Ernährung, Bewegung und Psyche.

Vortrag:

„ESSEN und TRINKEN: Genussquelle zum G´ sundbleiben. Ein Impuls!“

Vortragende: Gudrun Eggenreich

Termin: **Donnerstag, 15. November 2018**

Beginn: **19.00 Uhr**

Ort: **Gasthaus Loretowirt**

Essen macht glücklich. Und das „Glück à la carte“ kann – wohldosiert – ein langes, gesundheitlich unbeschwertes Leben stark begünstigen. Was wir essen (und trinken), wann, wie oft, wie viel – mit Kenntnis und etwas Konsequenz geht's einfach leichter. Ein Impulsvortrag als Anregung zum G'sundbleiben! Mit Neuem und Bekanntem, mit Trends und dem Sinn der Sinnlichkeit.