„Vorsorge Aktiv“
Unser Gesundheitsprogramm

"Vorsorge Aktiv" Infoabend

am 20. September 2023 um 18 Uhr

Mehrzwecksaal Marktgemeinde Guntramsdorf,
Rathaus Viertel 1/1, 2353 Guntramsdorf

Ihr Kontakt: Monika Kronaus, 0676 / 858 70 34532

gesund.leben.tut.gut

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