

Abwehrstark in der kalten Jahreszeit



Tisch-Leiterin	Ingrid Fürst
Wann?	Montag, 7.10., 09:00-11:00
Wo?	verein-freiraum Karl-Morre-Gasse 11, 8430 Leibnitz
Was? Für Wen?	Wenn die Blätter bunt werden, wird es Zeit das körpereigene Immunsystem zu stärken. Der Aufenthalt in geschlossenen Räumen mit Heizungsluft fordert die Atemwege enorm heraus. Was können wir tun, um gesund zu bleiben, um den Winter ohne Erkältungen zu verbringen?

Es handelt sich um eine Gesprächsgruppe von Frauen in Pension aus der Südsteiermark. Auch neue Frauen sind herzlich willkommen.
Gruppengröße 4-8 Frauen in Pension.

Infos und Anmeldung:

Ingrid Fürst: +43 650 3420416

Renate Gruber (Projektleitung): +43 677 648 21 312

pensionistinnenforum@verein-freiraum.at