



MIT AUSREDEN VERBRENNT MAN KEINE KALORIEN!

„Vorsorge Aktiv“
Unser Gesundheitsprogramm

Achau & Hennersdorf
Info-Abend am 25.4.2024, 18:30
Gemeindeamt Achau
Hauptstraße 23, 2481 Achau

Kontakt: Dominik Heinrich
dominik.heinrich@noetutgut.at
0676 | 85870 | 34428



[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: €84,- für den gesamten Kurs,
für Wiederholer: €134.-**



gesund.leben.tut.gut



www.noetutgut.at/vorsorge-aktiv