Ernährungsberatung

Aktives Miteinander für Seniorinnen und Senioren

Für wen?

- kostenlose Einzelberatung für Seniorinnen und Senioren
- behandelt keine ernährungsbedingten Krankheitsbilder

Was?

- gesundheitsförderliche Ernährungsberatungen
- abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse als Seniorin und Senior
- Mögliche Inhalte:
  - Gewichtsmanagement im Alter
  - wichtige Nahrungsmittel zur Aufrechterhaltung der Muskulatur
  - Tipps für ausreichende Flüssigkeitszufuhr
  - kritische Nährstoffe im Alter
  - und viele Praxistipps

Wann?

11.04.2024 9:00 – 13:00 Uhr*

*Es werden 4 Einzelberatungen **á 50 min**. vergeben

Anmeldung bis Fr, 29.03.2024 möglich

Wo?

BVAEB - Landesstelle für Kärnten
Siebenhügelstraße 1
9020 Klagenfurt am Wörthersee

Kontaktdaten und Anmeldung

Die Anmeldung kann telefonisch oder per E-Mail erfolgen:

Landesstelle Kärnten

Birgit Wolte, BSc.
05 0405/ 26725

Petra Zwerger, MA
05 0405/ 26722

aktivmitbvaeb@bvaeb.at

bvaeb