GesundheitsProgramm Herbst 2022

Fördern Sie Ihre Gesundheit & Ihr Wohlbefinden!

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	FREITAG
		BABY*ELTERN*KREIS AKTIV PRAXIS ALTENHOF 9.00 - 11.00 Uhr / 0 bis 1 Jahr Eva Schantl-Dunkl, Michaela Rachelsperger Infos & Anmeldung: 0680/1423468	
	GENUSSREISE FÜR ALLE SINNE Achtsam Essen im Alltag GHZ LEBENSMITTELPUNKT 14.00 – 15.30 Uhr Sarah Hödl, BSc Infos & Anmeldung: 0664/1255811	**REVAN -** Richtig essen & fördern von Anfgang an AKTIV PRAXIS ALTENHOF 15.30 - 17.30 Uhr Johanna Leitgeb, BSc, Melanie Forjan, BSc Infos & Anmeldung ÖGK: 05 0766-131713	**BEWEGUNGSLANDSCHAFT** AKTIV PRAXIS ALTENHOF 9.00 - 10.00 Uhr / 1 bis 3 Jahren Melanie Forjan, BSc, Sanja König, BSc Michaela Rachelsperger Infos & Anmeldung: 0664/1127512
GEHIRN-JOGGING GHZ LEBENSMITTELPUNKT 16.00 – 17.00 Uhr Masa Bacic, BSc Infos & Anmeldung: 03329/2955			**PROaktiv -** Ich mach etwas für mich AK & ÖGK JENNERSDORF 17.00 – 18.20 Uhr PORaktiv-Team GNR Infos & Anmeldung ÖGK: 05 0766-131713
	BALL MIT HALT(UNG) VOLKSSCHULE St. Martin 14.30 - 15.30 Uhr / Kinder DPT Martina Schmidt Infos & Anmeldung: 0660/6507203		**ERNÄHRUNGSCAFÉ** GHZ LEBENSMITTELPUNKT 14.00 – 15.30 Uhr Johanna Leitgeb, BSc Infos & Anmeldung: 0664/6390278
G´SCHEIT ESSEN - g´sund bleiben AK & ÖGK JENNERSDORF 16.00 – 18.00 Uhr Sarah Hödl, BSc Infos & Anmeldung ÖGK: 05 0766-131713		**STRESSMANAGEMENT / ERWACHSENE** **INNERE STÄRKE / JUGENDLICHE** PRAXIS DR. BERENICE EICHER 17.00 - 18.30 Uhr Dr. Christine Csuk-Miksch Infos & Anmeldung: 0664/2136921	**STÜRZ ICH - STÖRT´S MICH!** AKTIV PRAXIS ALTENHOF 18.00 - 19.00 Uhr Sanja König, BSc Infos & Anmeldung: 0677/63714708
	LIMA - **LEBENSQUALITÄT IM ALTER** PAVILLON GH KURTA 14:30 – 16.00 Uhr Barbara Mayer-Schulz Infos & Anmeldung: 0650/2825542	**STARKE SCHULTER,** **ENTSPANNTER NACKEN** AKTIV PRAXIS ALTENHOF 18.00 - 19.00 Uhr Melanie Forjan, BSc Infos & Anmeldung: 0664/1127512	**GESUND IM OFFICE** AUF ANFRAGE VOR ORT Nachmittags Masa Bacic, BSc & Viktoria Brunner, BSc Infos & Anmeldung: 0664/4115818 03329/2955
SORGE FÜR DICH SELBST PRAXIS DR. B. EICHER 19:00 – 20.30 Uhr Dr. Berenice Eicher Infos & Anmeldung: 03329/2955			**BECKEN GUT - ALLES GUT** Beckenboden-& Wirbelsäulentraining VOLKSSCHULE JENNERSDORF 19.00 - 20.00 Uhr Victoria Brunner, BSc Infos & Anmeldung: 0664/4115818

Bei Fragen & für Anmeldungen stehen wir Ihnen gerne telefonisch & in unseren Ordinationen zur Verfügung.

Ihr GNR-Team / Dr. Claudia Gombotz 03325 8457 / Dr. Ernst Eicher 03329 2955 / Dr. Paul Fink 03329 2414

www.gesundheitsnetzwerk-raabtal.at/termine

Finanziert aus Mitteln der Sozailversicherungen Österreich / September 2022

Wir begleiten Menschen und setzen neue Impulse.