

Baar/Zug, im Mai 2021

Einladung

zur 27. Veranstaltung "Gesund altern in Baar"
Dienstag, 8. Juni 2021, 14.00 – 15.30 Uhr
im Gemeindesaal Baar



© Gesundheitsförderung Schweiz / Peter Tillessen

Ein starkes Herz im Alter

Dr. med. Matthias Bossard, Oberarzt Kardiologie Luzerner Kantonsspital, informiert Sie über die Anatomie und die häufigsten Erkrankungen des Herzens. Sie erfahren, welche Risikofaktoren und Vorsorgeuntersuchungen es gibt und wie Sie einen Notfall erkennen und in dieser Situation reagieren können.

Tanja Vogt, Ernährungsberaterin Zuger Kantonsspital, referiert über eine gesunde und ausgewogene Ernährung im Alter und erklärt Ihnen, wie Sie Ihre Ernährung Ihrem Herzen zuliebe umstellen können. Zudem erhalten Sie Informationen zum Thema Bewegung, da diese ebenfalls einen grossen Einfluss auf die Herzgesundheit hat.

Wir freuen uns, Sie an dieser Veranstaltung begrüessen zu dürfen. Selbstverständlich halten wir uns an die aktuellen Covid-19 Schutzmassnahmen. Im Anschluss offerieren wir Ihnen gerne einen Zvieri zum Mitnehmen. Die Teilnahme ist für Sie kostenlos.

Anmeldung bis Montag, 31. Mai 2021

Aufgrund der Covid-19 Situation ist die Teilnehmerzahl beschränkt. Wir bitten Sie daher um eine Anmeldung per E-Mail: gaz@zg.prosenectute.ch oder telefonisch: 041 727 50 69.

Berty Zeiter
Sozialvorsteherin
Einwohnergemeinde Baar

Christine Rhein
Gesundheitsförderung und Prävention
Pro Senectute Kanton Zug