

## Einladung

Wir laden Sie herzlich ein zur Veranstaltung von  
«Gesund altern im Kanton Zug» zum Thema

### **LANGER ATEM IM ALTER**

Ganz unbewusst und automatisch geschieht die Atmung, um den lebensnotwendigen Sauerstoff aufzunehmen. Immer mal wieder auf die eigene Atmung zu hören und diese bewusst zu spüren kann Ihre Gesundheit positiv beeinflussen.

---

Dienstag, 16. Mai 2023

14.00 – 16.00 Uhr

Alterswohnheim Mütschi, Walchwil

---

# Referate

**Dr. med. Gilles Wiederkehr Facharzt für Pneumologie, Lungenmedizin Cham**, informiert Sie über die Funktion und die altersbedingten Veränderungen der Lunge. Sie lernen zudem die wichtigsten Erkrankungen der Lunge sowie deren Therapiemöglichkeiten kennen.

**Nadia Mutti, Fachperson Gesundheitsförderung und Prävention, Lungenliga Zentralschweiz**, stellt Ihnen einige Faktoren vor, welche auf Ihre Lungengesundheit Einfluss nehmen. Ausserdem erklärt sie, was Sie für Ihre Lunge Gutes tun können und zeigt Ihnen praktische Übungen zum Mitmachen.

---

## TÜRÖFFNUNG UM 13.30 UHR

Wir freuen uns, Sie an dieser Veranstaltung begrüßen zu dürfen. Im Anschluss offerieren wir Ihnen gerne ein Zvieri.

**Die Teilnahme ist für Sie kostenlos.**

---

Ein Angebot von Pro Senectute Kanton Zug  
Im Auftrag der Gemeinde Walchwil

Unterstützt vom  
Kanton Zug

Gemeinde Walchwil



**PRO  
SENECTUTE**  
GEMEINSAM STÄRKER

