

Digitale Gesundheits- impulse

29.01

18 UHR

**WENN STRESS AUF
DEN DARM SCHLÄGT**

Johanna Kasberger
Yoga Lehrerin

23.02

18 UHR

**EINFACH LEICHTER
LEBEN**

Silvia Killer
Heilpraktikerin

04.03

18 UHR

**OSTEOPOROSE –
FRÜH ERKENNEN,
LEBENSQUALITÄT
ERHALTEN**

Maximilian Axthammer
Sportwissenschaftler

15.04

18 UHR

**DIABETES – FRÜH
HANDELN, GESUND
LEBEN**

Maximilian Axthammer
Sportwissenschaftler

24.06

18 UHR

**FEIERABENDKÜCHE –
MEAL PREP FÜR DEN
ALLTAG**

Eva Lepsik
Ernährungsberaterin

28.07

18 UHR

**ERSTE HILFE KURS
BEI KINDERN**

Johannes Breit
Malteser

05.08

18 UHR

ERSTE HILFE KURS

Johannes Breit
Malteser

23.09

18.30 UHR

**FIT IM KOPF –
GEDÄCHTNISTRaining**

Kristina Hatzinger
Sportwissenschaftlerin

14.10

18 UHR

**FITTER RÜCKEN – WEG
MIT
RÜCKENBESCHWERDEN**

Kristina Hatzinger
Sportwissenschaftlerin

01.12

18 UHR

**STRESS LASS NACH
– FÜR MEHR
ENTSPANNUNG**

Silvia Killer
Heilpraktikerin



AOK

Zugang unter:
bit.ly/Gesundheitskanal