

REIHE „HAUPTSACHE G'SUND“ Hauptsache gesund



© nastica - stock.adobe.com

Mittwoch
12. Juni 2024
19.00 Uhr

Göming
Gemeindesaal
Dorfstraße 3

Eintritt frei

Albert Gruber
Akadem. Lehrer für
Gesundheitsbildung,
Erwachsenenbildner

Der Wunsch nach Gesundheit, Geborgenheit und Wohlbefinden nimmt auf unserer Wunschliste uneingeschränkt den 1. Platz ein.

Was hilft uns wirklich? Mehr Bewegung, sagen die einen, Beschaulichkeit und Meditation, darauf schwören die anderen. Und manch einer wartet auf die sagenhafte Wunderdiät, die alles wieder ins Lot bringen soll.

Natürlich, jedes Rezept hat etwas für sich. Was uns aber wirklich weiterhelfen kann, ist ein neuer, ganzheitlicher Lebensstil. Alles andere bedeutet, die Fassade neu zu streichen, ohne das Haus zu erneuern!

Die Veranstaltung ist Teil dieser Vortragsreihe „Hauptsache g'sund“ der Gemeinden Göming, Lamprechtshausen und St. Georgen.