



Gesundheit kompakt

Kostenfreie ONLINEinfo -
kurz & aktuell, ohne Anmeldung!

“Aufstehen. LOSGEHEN. Gesünder leben.”

Di 14. April, 18.30 - 19.00 Uhr

Laut WHO sterben weltweit jedes Jahr rund 5 Millionen Menschen an den Folgen von Bewegungsmangel.

Christine Neuhold, Sportwissenschaftlerin bei Styria vitalis, zeigt auf, warum Gehen eine der wirkungsvollsten Gesundheitsstrategien ist und was es braucht, um wieder ganz selbstverständlich ins Gehen zu kommen.

*Den MS-Teams Einstiegslink sowie mehr Infos
zu den weiteren Themen finden Sie hier:*

styriavitalis.at/gesundheit-kompakt



Terminvorschau



Gesundheit kompakt

Kostenfreie ONLINEinfo -
kurz & aktuell, ohne Anmeldung!

"Aufstehen. LOSGEHEN. Gesünder leben."

Di 14. April, 18.30 - 19.00 Uhr

Selbstfürsorge - ein Impuls für pflegende Angehörige und Interessierte

Di 12. Mai 2026, 18.30 - 19.00 Uhr

Gut für dich. Gut für die Umwelt!

Di 9. Juni 2026, 18.30 - 19.00 Uhr



Den MS-Teams Einstiegslink sowie mehr Infos zu den Themen finden Sie hier:
styriavitalis.at/gesundheit-kompakt