

Männergesundheit im Fokus

Online-Vorträge und Videos



Im
NOVEMBER
speziell für
Männer

Aktion zur Männergesundheitsförderung anlässlich des Weltmännertages am 03. November

Auftakt-Video „Männergesundheit im Fokus“ und Bewegungs-Videos „Aufwärts geht's – Fit am Berg“

Online-Vorträge

- Di. 10.11. (19 Uhr) „Was kann ich als Mann im Alltag für meine Gesundheit tun?“
- Do. 12.11. (19 Uhr) „Mann ist, was man isst – Wie gefährlich ist Bauchfett wirklich und was kann ich mit der richtigen Ernährung erreichen?“
- Mi. 18.11. (18.30 Uhr) „Ärgermanagement – Wie Mann seine Emotionen kontrollieren kann“
- Do. 26.11. (19 Uhr) „Standfest in die Zukunft – Sexuelle Leistungsfähigkeit des Mannes“

Anmeldung und Videos unter www.gesundheitskasse.at/gesundbleiben