



<https://biz.li/3ry8>

GESUNDHEITS- UND ERNÄHRUNGSBERATERIN REFERIERT BEIM "LAATZEN-TALK"

Veröffentlicht am 08.09.2014 um 12:44 von Redaktion LeineBlitz

Am Donnerstag, 11. September, wird im Rahmen des "Laatzen Talk" die Veranstaltung "Gesunde Ernährung und Bewegung bis ins hohe Alter " durchgeführt. Ingeborg Jüchter, Gesundheits- und Ernährungsberaterin, konnte als Referentin gewonnen werden und wird praktische Tipps dazu geben, wie sich die Ernährung im Alter auf die veränderten Bedürfnisse einstellen lässt. Auch Bewegung begünstigt das Wohlbefinden. Ingeborg Jüchter wird im Anschluss an die Veranstaltung auch Fragen beantworten. Bei einem Besuch auf dem Mehrgenerationenplatz besteht die Möglichkeit, gleich die eigene Beweglichkeit zu testen, vor allem aber die Geräte kennenzulernen, die die Beweglichkeit steigern können. Die Veranstaltung im Stadthaus Laatzen, Marktstraße 2, beginnt um 15.30 Uhr und endet um 17.30 Uhr. Der Eintritt ist frei.