

Longevity

Entdecken Sie,
wie Sie
Gesundheit
und
Lebensfreude
bis ins hohe
Alter erhalten
können.



Longevity - Gesundheit und Lebensfreude bis ins hohe Alter

Was können wir selbst aktiv dazu beitragen, um auch im Alter körperlich und geistig fit zu bleiben? Der Vortrag gibt einen Überblick über die wichtigsten Bausteine gesunden Alterns: Ernährung, Bewegung, mentale Gesundheit und soziale Faktoren. Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse sollen zeigen, wie man Vitalität, Lebensfreude und Selbstbestimmung in jedem Lebensalter erhalten kann.

📍 **Technopark Raaba
Konferenzraum
"NEBUKATNEZAR"**
Dietrich Keller Straße 24
8074 Graz/Raaba

👤 Dr. med. Ines
Folger



21.11.2025

18:30 - 20:30

Jetzt registrieren

**Mit anschließender Verkostung
von hochwertigem Omega-3-Öl**