



Oberdrauburg



Einladung zu einem Vortrag von

**Elisabeth Feichter, MAS
Präsidentin der Osteoporose Selbsthilfe Österreich**

zum Thema

**Gesunde Knochen - eine lebenslange Aufgabe
Welche Rolle spielt Bewegung?**

Unser Knochengewebe befindet sich in einem ständigen Umbauprozess, der von vielen Faktoren beeinflusst wird. Im Alter von 25 bis 30 Jahren erreicht der Aufbau von Knochenmasse sein Maximum. Kindheit und Jugend sind Lebensabschnitte, in welchen ein besonderer, positiver Einfluss auf die Knochenmasse erzielt werden kann. Muskelkraft und Knochendichte stehen in enger Verbindung, daher hat Bewegung für die Gesundheit der Knochen lebenslang eine enorme Bedeutung.

**WANN: Freitag, 27. April 2018
um 19:00 Uhr**

WO: Oberdrauburg, Gemeindeamt

Freier Eintritt!

Auf Ihren Besuch freuen sich
die „Gesunde Gemeinde“ Oberdrauburg
mit Bürgermeister Stefan Brandstätter und
AK-Leiterinnen Maria Lerchster und Ursula Raff

In Zusammenarbeit mit FamiliJa und gefördert aus den Mitteln:

LAND  KÄRNTEN



gesundheitsland
kärnten
www.gesundheitsland.at