

Osteoporose Selbsthilfegruppe Linz
Treffpunkt: Jeden 1. Dienstag im Monat
Im Volkshaus Ebelsberg, Kremsmünstererstraße 1-3, 4030 Linz/Ebelsberg
Beginn jeweils um 19 Uhr

Programm Frühling 2019

5. Feb.2019

Lachyoga mit Fr. Gabi Fink (Lachyoga-Master-Trainerin)
„Wir lachen nicht weil wir glücklich sind,
wir sind glücklich weil wir lachen“
Lachen ist ansteckend - jaha!
Die gesündeste Infektion aller Zeiten

5. März 2019

Gedächtnisleistung verbessern mit Steffen Eichwald
(Dipl. Krankenpfleger)
„Wie wir durch den Einsatz psychoaktiver Substanzen und
unseren Gewohnheiten unser Gedächtnis stärken können“

2. April 2019

Getränke für alle Fälle mit Gabriele Schnabellehner
(Ordinationsassistentin für Allgemeinmedizin)
Wie man Getränke heilkräftig einsetzt -
wir werden praktisch testen, wieviel Spaß es macht,
schmackhafte Getränke selbst zu mixen

7. Mai 2019

Gruppengespräche
Fragen und Antworten
Letzte Besprechung für unseren Ausflug am 18. Mai

4. Juni 2019

Glücklich leben mit Manfred Rauchensteiner
(Emotionstrainer, Glücksforscher, Wissensvermittler
und Autor des Buches „Glücklich leben, dein Herz
weiß mehr als dein Verstand“)

Freiwillige Spende bei Vorträgen

Ausflug am Samstag, 18. Mai mit dem Reisebus zum Arche Noah Schaugarten nach
Schiltern/NÖ und Lasst Euch überraschen! Nähere Infos folgen, gerne könnt Ihr
jemanden mitnehmen

Wir freuen uns auf Euer Kommen!