

Osteoporose Selbsthilfegruppe Linz
Treffpunkt: jeden 1. Dienstag im Monat um 19 Uhr
Im Volkshaus Kleinmünchen, Kleiner Saal, Dauphinestraße 19, 4030 Linz

Programm 1. Halbjahr 2023

7. Februar 2023

Zauberkraft Lachen

Lachen ist gesund - das Glück kommt zu denen, die lachen.
Lebe, liebe, lache – das ist das Motto von Frau Sabine Reichsthaler.
(Expertin für Lebensfreude, Humor und Glück)

7. März 2023

Stationenworkshop

Freut euch auf einen abwechslungsreichen knochenstarken Abend

4. April 2023

Bunter Abend

Für jeden ist etwas dabei, lasst euch überraschen

2. Mai 2023

Training für die Knochen

Ein Abend mit unserem bekannten und beliebten Mag. Harald Jansenberger (Sport- und Bewegungswissenschaftler) Er ist Vortragender, Ausbilder sowie Autor einiger Bücher. Sein Arbeitsschwerpunkt ist die Bewegung im höheren Erwachsenenalter, besonders die Verminderung des Sturzrisikos

6. Juni 2023

Up to Date (auf dem neuesten Stand)

Wir wollen immer am neuesten Stand der Wissenschaft informiert sein. Unsere Obfrau, Fr. Dr. Margit Hatzl, berichtet über Neues und Wichtiges über unsere Knochen

Bei Unklarheiten könnt Ihr gerne eine der folgenden Nummern anrufen:

Margit 0664/ 445 1772 oder Ulli 0699/175 06281 oder Monika 0699/88488277

Wir freuen uns sehr darauf, Euch alle wieder zu sehen 😊