
Osteoporose - dem stillen Knochenräuber vorbeugen

Osteoporose ist eine weltweit verbreitete Volkskrankheit, die das Leben der Betroffenen erheblich beeinträchtigt. Schwindende Knochendichte und poröse Knochen sind jedoch kein unausweichliches Schicksal. Prävention ist hier besonders wichtig zum Beispiel in Form von gezielter Bewegung und wertvoller Ernährung. Dieser Vortrag beinhaltet ausführliche Informationen und zahlreiche Tipps rund um das Thema Knochengesundheit.

Information

Kursdauer: 3 Einheiten

Kursbeitrag: 30,00 € Teilnahmebeitrag

Fachbereich: Gesundheit und Ernährung

Zielgruppe: alle Interessenten

Verfügbare Termine