



Vortrag

Bewegung & Ernährung

Die Kombination macht's aus

Ausreichend Bewegung und ausgewogene Ernährung sind entscheidend für unser Wohlbefinden. Auch bei älteren Menschen zeigen Massnahmen zur Bewegungsförderung und Ernährung eine hohe Wirkung in Bezug auf Gesundheit und Selbstständigkeit.

Treffpunkt: Montag, 22. April 2024, 14.30 Uhr / Türöffnung 14.00 Uhr

Wo Migros Limmatplatz, Zürich, 4. Stock, Eingang Personalrestaurant
Haltestelle Limmatplatz, Tram 4, 13, Bus 32, Parkhaus vorhanden

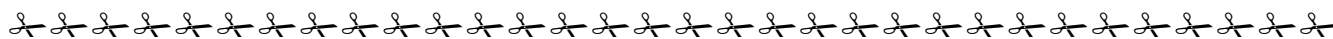
Kosten CHF 15.— zahlbar an der Tageskasse

Anmeldung: bis 12. April 2024 an Beatrice Gaus, Härdlenstrasse 99, 8302 Kloten
oder per Email an: beatrice.gaus@forum-elle.ch / 079 275 37 36

Abmeldung: bis 10 Tage vor dem Anlass kostenlos

Wichtig: Die Anmeldung ist verbindlich. Unentschuldigtes Fernbleiben oder verspätete Abmeldung verursacht uns Kosten und werden mit CHF 15.00 für Umtriebsentschädigung in Rechnung gestellt.

Notfalltelefon: +41 77 495 52 88 (nur am Tag des Anlasses für Anrufe in Betrieb)



Anmeldung Vortrag Bewegung & Ernährung, Montag, 22. April 2024

Name / Vorname:

Str. / Nr.: PLZ / Ort:

Telefon: E-Mail:

Datum: Ich nehme einen Gast mit

Fotorecht: Die Teilnehmenden erklären sich mit der Anmeldung auch einverstanden, dass Fotos vom Anlass im Journal oder im Jahresbericht von Forum elle veröffentlicht werden könnten.