

Herz-lich  
willkommen!

## Starkes Herz im Alter

Es gibt Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die man nicht beeinflussen kann. Dazu gehören das Alter, das Geschlecht und die erbliche Veranlagung. Viele Risikofaktoren lassen sich aber durch ein gesundheitsbewusstes Verhalten vermeiden oder verzögern. Fachpersonen zeigen Ihnen, wie Sie in jedem Alter Ihr Herz stärken können.

<b>Kursnummer</b>	15200.22.S102
<b>Wann</b>	Montag, 14. März 2022, 14.00–16.30 Uhr
<b>Wo</b>	Evangelisch-reformiertes Kirchgemeindehaus Hofmatt, Dorfstrasse 12, 3054 Schüpfen
<b>Leitung</b>	Sylvia Wicky, Koordinatorin Zwäg ins Alter
<b>Referentinnen</b>	Dr. med. Corinna Heinisch, Fachärztin für Kardiologie FMH Ines Baltissen, Ernährungsberaterin Eliane Nussbaumer, Physiotherapeutin
<b>Kosten</b>	keine
<b>Anmeldung</b>	bis am 7. März an: Pro Senectute Kanton Bern bildung.sport@be.prosenectute.ch, 032 328 31 04

Corona-Schutzmassnahmen werden nach aktuellen Vorgaben berücksichtigt.  
Bitte bringen Sie ein gültiges Zertifikat mit QR Code und einen persönlichen Ausweis mit.