

Einladung zum Vortrag

„Mobilität bis ins Alter erhalten!“ Was hat Ernährung mit Sturzprävention zu tun?

Mag. Veronika Macek-Strokosch

Ernährungswissenschaftlerin, Dipl. TCM-Ernährungsberaterin

**Donnerstag, 11. Oktober 2018 um
16:00 Uhr und 18:30Uhr**

im Österreichischen Pharma- und Drogistenmuseum,
1090 Wien, Währinger Straße 14,
Vortragsraum Erdgeschoß



Im Alter ist die Mobilität zur Erhaltung der Selbstständigkeit sehr wichtig!

Warum ist gerade im Alter eine **optimale Eiweißversorgung**
besonders wichtig?

Was haben **Sonnenlicht und Vitamin D** mit Stürzen im Alter zu tun?
Warum ist eine ausreichende **Vitamin B₁₂-Versorgung** empfehlenswert?

Eine gezielte Lebensmittelauswahl hilft uns, unsere Mobilität und Wohlbefinden im Alter zu erhalten.

Frau Mag. Veronika Macek-Strokosch leitet ihr Unternehmen Eat2day Ernährungsconsulting in Wien, hält viele Vorträge (u.a. femvita, 1. Wiener Verdauungstag Rathaus, Drogistenmuseum), ist im Bereich betrieblicher Gesundheitsförderung und Gemeinschaftsverpflegung tätig, unterrichtet an Schulen und bietet individuelle Ernährungsberatungen im 15. Bezirk an. Weitere Infos unter www.eat2day.at.

Anmeldungen erbeten per E-Mail: drogistenmuseum@chello.at oder **telefonisch** unter **(01) 512 62 29** - DI und DO, jeweils 8:30 - 12:30 Uhr.
Eintritt: EUR 7.-

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!



www.drogistenmuseum.at



www.eat2day.at