

Informationsveranstaltung

Gesunde Ernährung im Alter zur Vorbeugung von Demenz, Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Erfahren Sie in kompakter Form, wie eine ausgewogene Ernährung im Alter dazu beitragen kann, das Risiko für Demenz, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes zu senken. Die Veranstaltung vermittelt leicht verständlich, welche Lebensmittel und Ernährungsgewohnheiten besonders schützend wirken – und wie gesunde Ernährung im Alltag einfach gelingt.

Die schulungsvertiefende Veranstaltung wird in Kooperation mit dem *Landesverband der Alzheimergesellschaften Nordrhein-Westfalen e.V.* und der *AOK Rheinland-Hamburg – Die Gesundheitskasse* durchgeführt.

Termin: **Donnerstag, 16. April, 14:00 – 15:30 Uhr**

Veranstaltungsort: **Begegnungsstätte Gerberstraße der Caritas, Gerberstr. 7, 40699 Erkrath**

Referentin: Bettina Andreeff (Fachdozentin im Gesundheitswesen)

Anmeldung: per Link https://rh.aok-events.de/main_frontend.php?logincode=LUZK4D138
oder QR-Code

