



Frauengesundheit von Jung bis Alt

Ernährung im Fokus

WORKSHOP - Ernährung im Berufsalltag

mit Diätologin Monika Oberberger & Diätologin Magdalena Prasser BSc

Kochen für den Berufsalltag – sich im Berufsalltag gesund zu ernähren, ist oft gar nicht so leicht. Aber wenn es erst einmal vorbereitet ist und hübsch aussieht, macht es sogar Spaß, gesund zu essen.

WANN: Donnerstag, 26. September 2024, 18.00 Uhr

WO: Pfarrhaus Kappel

Für den Workshop ist unbedingt eine Anmeldung notwendig. Anmeldungen sind bis 24.09.2024 beim Gemeindeamt persönlich, telefonisch unter 04262/2629-10 oder per Mail unter kappel-kr@ktn.gde.at möglich.

RESILIENZ - Entspannung im Alltag

mit Martina Fischer

"Resilienz und Stress: Wie innere Stärke uns durch turbulente Zeiten trägt"

WANN: Mittwoch, 23. Oktober 2024, 18.00 Uhr

WO: Kindergarten Kappel am Krappfeld

VORTRAG - Aromatherapie

mit DGPK Blasnig Claudia

Wissenswertes über Aromaöle

WANN: Mittwoch, 20. November 2024, 18.00 Uhr

WO: GH Lindenwirt in Lind

VORSCHAU 2025

Osteoporose - Februar

walk & talk – richtig walken lernen - März

Kräuter – Maria´s Kräutergarten – Mai

Die Veranstaltung findet im Rahmen der Initiative „Gesunden Gemeinde“ in Kooperation mit dem Gesundheitsreferat des Landes Kärnten im Fachbereich Frauengesundheit statt.