



<https://biz.li/2w45>

ERNÄHRUNG IM ALTER - ALLES ANDERS?

Veröffentlicht am 23.03.2023 um 13:10 von Redaktion Burgwedel-Aktuell

Wer möchte das nicht: Fit und gesund älter werden!

Neben ausreichend Bewegung kommt es auch auf die richtige Ernährung an. Gutes und gesundes Essen und Trinken steigert die persönliche Lebensqualität, kann Erinnerungen in uns wecken und ist ein zentraler Bestandteil unserer sozialen und kulturellen Identität. Doch wie genau sieht eine gute Ernährung aus? Und welche Bedeutung hat die Ernährung für unser Wohlbefinden und unsere Lebensqualität? Diese Fragen beantworten die Mitarbeitenden des Senioren- und Pflegestützpunktes Nord am Mittwoch, 26. April 2023, um 15 Uhr in einem Vortrag in den Räumen der Beratungsstelle in der Ostpassage 11 in Langenhagen. Eine Anmeldung unter Telefon 0511/70020120 ist erforderlich.