

Aktion im September 2024

# Bewusst Gesund Miteinander



Die Zeit für Gesundheit ist jetzt

**Wann: 16.09.24**

**Wo: Haus Dorothea**

**Uhrzeit: 12:30 Uhr -  
14:00 Uhr**



Anmeldung über Frau Perschel 03928 716-299 oder  
perschel@burghof-sbk.de

## „Ernährung in der Menopause“

Viele von Euch kennen wahrscheinlich die Probleme: *Hitzewallungen, Schlaf- und Gewichtsprobleme, durcheinandergeratene Hormonhaushalte, Hautveränderungen und eben noch vieles mehr...* Typisch für die Wechseljahre, und echt nervig.

Unterstützen wir doch den Körper in dieser besonderen Phase mit gutem Essen – doch welches Essen wirkt sich positiv aus?

Diese Frage beantwortet uns Frau Hellwig in einem Ernährungsworkshop.

**Du bist herzlich eingeladen!**

Dein BGM-Team &

**mkk**  
meine krankenkasse

