hag
Hamburgische Arbeitsgemeinschaft
für Gesundheitsförderung e.V.

Gemeinsam geht’s besser!

Unser kostenfreies Angebot bietet Ihnen Austausch rund ums Thema Essen

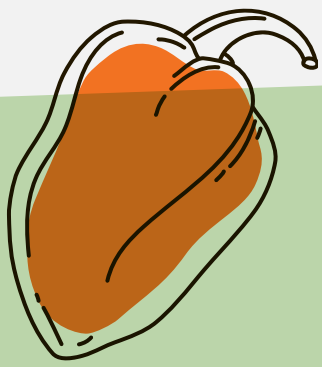
Für wen? Senior:innen

Was erwartet Sie?

- Informationen, welche Lebensmittel besonders wichtig für Ihre Gesundheit sind,
- Anregungen, wie Sie mit einer ausgewogenen Ernährung Ihr Wohlbefinden steigern,
- gemeinsames Projekt
- geselliges Beisammensein,
- monatliche Treffen über ein Jahr.

Das Besondere:
Die Gruppe wird durch zwei Senior:innen angeleitet.

Wann und wo?



gefördert von:
AOK
AOK Rheinland/Hamburg
Die Gesundheitskasse.