



---

## **Investieren Sie 6 Monate für ihre Gesundheit VORSORGEaktiv – startet wieder im Frühjahr 2012**

In der Region Purkersdorf/Wienerwald gibt es ab dem Frühjahr 2012 wieder VORSORGEaktiv - das Programm zur nachhaltigen Lebensstiländerung.

VORSORGEaktiv unterstützt Menschen mit erhöhtem Risiko für Her- Kreislauferkrankungen und all jene, die ihre Lebensgewohnheiten in Bezug auf Ernährung und Bewegung langfristig positiv verändern wollen.

Die TeilnehmerInnen werden über 6 Monate von Ernährungs- und SportwissenschaftlerInnen betreut und unterstützt und von einer Ärztin begleitet.

### **Wer kann teilnehmen?**

Die Teilnahme ist möglich für alle Niederösterreicherinnen und Niederösterreicher ab 18 Jahren im Anschluss an die Vorsorgeuntersuchung und/oder auf Empfehlung Ihres Arztes/Ihrer Ärztin.

### **Veranstaltungsort**

Hebebühne Purkersdorf, Kaiser Josef Straße 4

### **Termine**

- Informationsveranstaltung: 15. März 2012 18:00 Uhr in den Räumlichkeiten der Hebebühne
- Projektstart: 23. März 2012

Dauer: März 2012 bis September 2012 ca.2 Mal pro Woche 2 Stunden



---

### Kosten

Der Kurskostenanteil für Teilnehmende beträgt € 80,- (+Kautions € 100,-). Die Kautions wird bei Teilnahme an mind. 60% der Kurstermine zurückerstattet. Alle TeilnehmerInnen welche in „Gesunden Gemeinden“ wohnen, bekommen eine Vergünstigung Ihres Selbstbehalts um 15€

### ACHTUNG begrenzte TeilnehmerInnenanzahl!!

Wenn Sie Lust bekommen haben melden Sie sich ab sofort bei der Hebebühne!

### Anmeldung

Hebebühne Tulln unter 02272/653 02 oder  
office@hebebuehne.at

Mag.<sup>a</sup> Anna Keclik  
Projektkoordination "Vorsorge Aktiv"  
3002 Purkersdorf Kaiser Josef Straße 4  
Telefon: 02231/ 667 46  
ZVR-Zahl: 956283077  
[anna.keclik@hebebuehne.at](mailto:anna.keclik@hebebuehne.at)  
[www.hebebuehne.at](http://www.hebebuehne.at)

Weitere Informationen und auch den Folder zum Programm finden Sie auf der Homepage der Hebebühne [www.hebebuehne.at](http://www.hebebuehne.at) oder der Homepage von Gesundes Niederösterreich [www.gesundesnoe.at](http://www.gesundesnoe.at)