



MIGROS
URNERTOR BÜRGLEN

coop


PATRIK JAUCH
Ernährungsberatung

**PRO
SENECTUTE**
GEMEINSAM STÄRKER

gesundheits  förderung **uri**

Mit zunehmendem Alter spielt die Ernährung eine wichtige Rolle. Dabei trägt eine ausgewogene und bewusste Ernährung zu einer gesundheitsförderlichen Lebensgestaltung bei. Sie hilft Knochen und Muskeln zu erhalten und zu stärken.



In der Gruppe besprechen Sie gemeinsam mit einem Ernährungsberater, wie Sie bereits beim bewussten Einkauf ansetzen können.

Einkaufs-Rundgänge Unterland

Datum: **2. Oktober 2023**
Ort: Migros Urnertor
Treffpunkt: Kundendienst
Zeit **1**: 09.00 – ca. 10.30h
Zeit **2**: 14.00 – ca. 15.30h
Anmeldung: bis 25. September 2023

Einkaufs-Rundgänge Oberland

Datum: **25. Oktober 2023**
Ort: Coop Göschenen
Treffpunkt: Eingang
Zeit **1**: 08.00 – ca. 09.30h
Zeit **2**: 10.00 – ca. 11.30h
Anmeldung: bis 18. Oktober 2023

Leitung: Patrik Jauch, Ernährungsberater BSc SVDE, mit eigener Praxis
Kosten: die Fachstelle Gesundheitsförderung Uri lädt ein
Anmeldung: Patrik Jauch, Tel. 078 683 94 75, mail@erb-jauch.ch



Weitere Informationen unter:
www.gesundheitsfoerderung-uri.ch

Mit freundlicher Unterstützung durch:



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera