

Leichter leben

Blutwerte und Körpergewicht im Griff



out shutterstock 746805604 Africa Studio.ida

Teilnahme
kostenlos!

Kursangebot Leichter leben – Klagenfurt I

Wir begleiten Sie bei Ihrer persönlichen Verhaltensänderung und zeigen Ihnen, wie Sie Ihre Ernährung geschmackvoll gestalten, Freude an Bewegung finden und sich langfristig wohler fühlen.

Kick-Off-Veranstaltung:	Montag, 20.04.2026 von 18:00 – 20:00 Uhr
Präsenzmodule:	21.04., 28.04., 05.05., 12.05., 15.09., 22.09., jeweils von 17:00 – 20:00 Uhr
Bewegung:	22.04., 06.05., 27.05., 03.06., 17.06., jeweils von 17:00 – 18:30 Uhr
Webinare:	29.09., 06.10., 13.10., 20.10., 03.11., 10.11., jeweils von 17:00 – 18:00 Uhr
Kochworkshop:	Freitag, 22.05.2026 von 16:00 – 20:00 Uhr

Bifo AK / ÖGB
Bahnhofstraße 44; 9020 Klagenfurt am Wörthersee

Informationen zu den Terminen und zur Anmeldung unter

www.gesundheitskasse.at/leichterleben

Kontakt: leichterleben@oegk.at

Leichter leben ist ein Projekt der Österreichischen Gesundheitskasse – finanziert vom Gesundheitsförderungsfonds der Bundesländer und der ÖGK.

