



MIT AUSREDEN VERBRENNT MAN KEINE KALORIEN!

„Vorsorge Aktiv“
Unser Gesundheitsprogramm

! Kurs in Viehdorf geplant !

Programmvorstellung
"Vorsorge Aktiv"

Montag, 8. September 2025, 19 Uhr
Gemeindeamt
(Dorfplatz 1, 3322 Viehdorf)

Infos: Ulrike Brandstetter 0676/858 70 34537, ulrike.brandstetter@noetutgut.at



gesund.leben.tut.gut



[noetutgut.at/vorsorge-aktiv](https://www.noetutgut.at/vorsorge-aktiv)



„Vorsorge Aktiv“

**Mit dem „Tut gut!“-Programm können Sie
Ihren Lebensstil positiv verändern!**

„Vorsorge Aktiv“ richtet sich an Erwachsene aus Niederösterreich mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

- 👍 **24 Einheiten pro Bereich**
Bewegung, Ernährung und mentale Gesundheit
- 👍 **Begleitung durch ein professionelles Expertenteam**
- 👍 **Intensive Betreuung bis zu 9 Monate**
- 👍 **Angebot direkt in Ihrer Gemeinde**
- 👍 **Wöchentliche Termine in der Gruppe**
- 👍 **Empfehlung durch praktische/n Ärztin / Arzt**
- 👍 **Teilnahmekosten: 99,- für den gesamten Kurs**



gesund.leben.tut.gut



www.noetutgut.at/vorsorge-aktiv