WELLNESS FÜR DAS GEHIRN

Vortrag mit Neurowissenschaftlerin Dr. Manuela Macedonia



Mittwoch, 18. November 2026 um 19:00 Uhr
(FORUM Neuhofen an der Krems – Einlass: 18:30 Uhr)

Was tut unserem Gehirn gut, um geistig fit und langfristig gesund zu bleiben?

Dr. Manuela Macedonia, Neurowissenschaftlerin und Bestsellerautorin, widmet sich in ihrem Vortrag dem Zusammenspiel von Gehirn, Körper und Lebensstil. In ihrem 5-Punkte-Programm für Gehirnwellness zeigt sie, wie wir unser Gehirn schützen, seine Leistungsfähigkeit stärken und aktiv etwas für unsere Zukunft tun können.
Sie zeigt auf, welchen Einfluss die Faktoren Bewegung, Schlaf, Ernährung, soziale Beziehungen und Spiritualität auf unser Gehirn haben und warum sie für unsere geistige und körperliche Gesundheit so entscheidend sind.
Wissenschaftlich fundiert, verständlich und mit überraschenden Erkenntnissen zeigt Dr. Macedonia, warum diese Faktoren für unser Gehirn entscheidend sind. Gehirnwellness beginnt nicht irgendwann – sondern jeden Tag.

Eine Kooperationsveranstaltung der Gesunden Gemeinden Allhaming, Kematen an der Krems, Neuhofen an der Krems, Piberbach und St. Marien.
Eine telefonische Anmeldung ist unter den Telefonnummern 07227/4255-25 (Marktgemeinde Neuhofen), 07228/7255-42 (Gemeinde Kematen) oder online über den QR-Code möglich:

Die Teilnahme am Vortrag ist auf freiwilliger Spendenbasis möglich.
Da die Plätze begrenzt sind, ist eine Anmeldung erforderlich.

Gesunde Gemeinde
www.gesundes-oberoesterreich.at