

Starkes Herz im Alter

Es gibt Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die nicht beeinflussbar sind. Dazu gehören Alter, Geschlecht und erbliche Veranlagung. Viele Risikofaktoren lassen sich jedoch durch ein gesundheitsbewusstes Verhalten vermeiden oder verzögern. Fachpersonen zeigen Ihnen, wie Sie in jedem Alter Ihr Herz stärken können. Sie können Fragen stellen und bekommen Informationsmaterial.

Wann	Mittwoch, 9. September 2026, 14.00 bis 16.30 Uhr
Wo	Foyer Schulhaus Widi, Untere Bahnhofstr. 11, 3714 Frutigen
ReferentInnen	Katrin Lerch, Koordinatorin Gesundheitsförderung, Pro Senectute Kt. Bern, Dr. med. Lukas Trachsel, Facharzt Kardiologie FMH, Danielle Trachsel, Bewegungs- und Sportwissenschaftlerin, Herzpraxis Frutigen Marina Steiger, Ernährungsberaterin, Spitäler FMI AG
Kursnummer	26-3-BeO-15200-1
Kosten	Kostenlos
Anmeldung	Bis 2. September 2026 an Pro Senectute Kanton Bern, an: kurse@be.prosenectute.ch oder Tel.: 033 226 70 70

Mit Unterstützung der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern sowie von Gesundheitsförderung Schweiz



Kanton Bern
Canton de Berne



Gesundheitsförderung
Schweiz



Schweizerische
Herzstiftung
Aktiv gegen Herzkrankheiten und Hirnschlag

