

**Herz-lich
willkommen!**

Starkes Herz im Alter

Es gibt Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die man nicht beeinflussen kann. Dazu gehören das Alter, das Geschlecht und die erbliche Veranlagung. Viele Risikofaktoren lassen sich aber durch ein gesundheitsbewusstes Verhalten vermeiden oder verzögern. Fachpersonen zeigen Ihnen, wie Sie in jedem Alter Ihr Herz stärken können.

Wann	Dienstag, 19. August 2025, 14.00–16.30 Uhr, mit kleinem Zvieri
Wo	Saal EGW Haus, Rosenweg 2, 3322 Urtenen-Schönbühl,
Leitung	Cécile Kessler, Bereich Gesundheitsförderung, Pro Senectute Kanton Bern
Referentinnen	Dr. med. Sonja Müller, Fachärztin für Kardiologie FMH Ines Baltissen, BSc Ernährungsberaterin Eliane Nussbaumer, Sportwissenschaftlerin
Kursnummer	15200.25.B303
Kosten	Der Anlass ist für alle offen und kostenlos
Anmeldung	bis am 5. August an: Pro Senectute Kanton Bern bildungundsport@be.prosenectute.ch, 031 359 03 00



Gemeinde Mattstetten

SENIORAMA

GEMEINDE

urtenenschönbühl


**Schweizerische
Herzstiftung**
Aktiv gegen Herzkrankheiten und Hirnschlag

Mit Unterstützung der Gesundheits-, Sozial- und
Integrationsdirektion des Kantons Bern


**Kanton Bern
Canton de Berne**