“gesund und fit durch den Winter”

Vortrag am Donnerstag
05. November 2026
um 19 Uhr
im Stella Maris
Eichstrasse 17, Sempach

wie kann ich mein Immunsystem stärken und meine Abwehrkräfte aktivieren

Infos zu Vitamine & Mineralstoffe, nährstoffreiche Ernährung

Bewegung trotz Kälte

die gute Stimmung erhalten

mein Wohlbefinden steigern

Anmeldung bis 02.11.2026 und Infos unter
Telefon: 076 6303682 oder
Mail: 60plus1@frauenbund-sempach.ch
Homepage:www.frauenbund-sempach.ch

Silke Metzinger

Der Eintritt ist frei, über eine Türkollekte würden wir uns freuen.

FRAUENBUND SEMPACH
60plus