	Gemeinde DELLACH IM DRAUTAL	9772 Dellach im Drautal 18 Tel. +43(0)4714/234-0 - Fax 234-3 Homepage: www.dellach-drau.at e-mail: dellach-drau@ktn.gde.at
---	--	---



LAND KÄRNTEN



Liebe Dellacherinnen und Dellacher!

Die Gemeinde Dellach im Drautal lädt in Zusammenarbeit mit der gesunden Gemeinde

**am Montag, den 11. Dezember 2017 um 19.00 Uhr
im Sitzungssaal der Gemeinde**

zu einem Vortrag von

**Elisabeth Feichter, MAS
Präsidentin der Osteoporose Selbsthilfe Österreich**

zum Thema

Gesunde Knochen - ein Leben lang

Mit Bewegung und gesundem Lebensstil dem Verlust von Knochenmasse vorbeugen

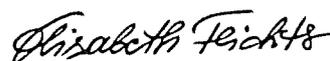
Unser Knochengewebe befindet sich in einem ständigen Umbauprozess, der von vielen Faktoren beeinflusst wird. Im Alter von 25 bis 30 Jahren erreicht der Aufbau von Knochenmasse sein Maximum. Kindheit und Jugend sind Lebensabschnitte, in welchen ein besonderer, positiver Einfluss auf die Knochenmasse erzielt werden kann.

Muskelkraft und Knochendichte stehen in enger Verbindung, daher hat Bewegung für die Gesundheit der Knochen lebenslang eine enorme Bedeutung.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!



Johannes Pirker
Bürgermeister Dellach im Drautal



Elisabeth Feichter, MAS
Präsidentin der Osteoporose
Selbsthilfe Österreich