

# Gesund bleiben – Prävention und Gesundheitsförderung

Die meisten Krankheiten sind nicht angeboren, sondern treten im Laufe des Lebens auf. Menschen können viel tun, um verschiedene Krankheiten zu vermeiden und ihre Gesundheit zu stärken.

Wer regelmäßig etwas für seine Gesundheit tut, fühlt sich körperlich und auch geistig wohler. Die vielfältigen Gesundheitsangebote in Kommunen, Schulen, Krankenkassen und Betrieben sind darauf ausgerichtet, dauerhaft für einen gesundheitsbewussten Umgang mit dem eigenen Körper zu motivieren.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann kommen Sie vorbei:

**Wann:** am 07.04.2020 um 14:30 Uhr  
**Wo:** Cafeteria der Neanderklinik Harzwald GmbH  
**Referentin:** Frau Silvia Böhme – Dipl. Sozialarbeiterin  
**Eintritt:** Frei

**Hier erhalten Sie Informationen zum Thema:**

- Warum ist Prävention wichtig?
- Was können Sie selbst tun?
- Gibt es Unterstützung durch die Krankenkassen?
- Prävention in der Pflege
- Gibt es Betriebliche Gesundheitsförderung?

