



Bild KI-generiert

Workshop “Gesund - auch im Alter”

Wie Ernährung und Bewegung die Gesundheit positiv beeinflussen können



Bild KI-generiert



Bild KI-generiert

Wann? **Donnerstag, 18.06.2026**
9 bis 13 Uhr

Wo? **Feuerwehr Zweibrücken**
Landauer Straße 76

Dass sich gesunde Ernährung und ausreichende Bewegung positiv auf die Gesundheit auswirken, ist mittlerweile in aller Munde. Prävention wird groß geschrieben, gerade um auch im Alter verschiedenen Erkrankungen vorzubeugen und so lange wie möglich mobil zu bleiben.

Der Pflegestützpunkt Zweibrücken bietet deshalb einen Workshop mit Florian Winter an, der in Zweibrücken als Trainer & Ernährungscoach tätig ist. Thema des Workshops ist, wie Ernährung und Bewegung die Gesundheit im Alter positiv beeinflussen können, was man präventiv tun kann und dass es auch nie zu spät ist anzufangen.

Kommen Sie vorbei und nehmen Sie Ihre Zukunft selbst in die Hand!

Das Angebot richtet sich an alle interessierten Menschen, egal ob jung oder alt, Privatpersonen oder Fachkräfte! Die Teilnahme ist kostenlos.

Kontakt: Pflegestützpunkt Zweibrücken
Poststr. 40
Telefon: 06332/800897 oder 06332/800899



Rosenstadt | ZWEIBRÜCKEN

