



**gesunde
gemeinde** 



Arthrose Ernährung & Bewegung statt Operation und Schmerz

Sie leiden an Arthroseschmerzen und/oder eingeschränkter Beweglichkeit? Stellen Sie sich vor, Sie könnten Arthrosebeschwerden und Schmerzen lindern und wieder uneingeschränkt aktiv sein – und das alles ohne teure und riskante Operationen und langjähriger Medikamenteneinnahme.

In diesem Vortrag erfahren Sie Grundlegendes über die *Säulen der Dr. Feil Strategie* zur Behandlung chronischer Schmerzzustände am Bewegungsapparat.

Sie erhalten neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zur Knorpelregeneration und mit welchen Methoden Sie Ihre Gelenkgesundheit gezielt verbessern können.

TERMIN:

Donnerstag, 23. April 2026

19:00 Uhr

VERANSTALTUNGSORT:

Seminarraum Parkrestaurant

9843 Döllach 185

REFERENTIN:

Mag.^a Jasmin Tiefnig, BSc

Sportwissenschaftlerin, Physiotherapeutin

Eintritt frei!

Die Veranstaltung findet auf Initiative der „Gesunden Gemeinde“ Großkirchheim statt und wird von der Unterabteilung Gesundheitsförderung des Landes Kärnten finanziell unterstützt.

LAND  KÄRNTEN

Familija 