

Die Pflegenahversorgung Finkenstein am Faaker See / St. Jakob im Rosental

lädt zum kostenlosen Vortrag

„Diabetes verstehen und vorbeugen – ärztliche Tipps für Frauen und Männer“

ein.

***Montag, 10. November 2025
16:00 – 17:00 Uhr
Generationenraum, Birkenweg 9
9584 Finkenstein am Faaker See***

Vortragende

Dr.ⁱⁿ Dajana Bolf, Ärztin – Klinikum Klagenfurt, Verena Koslitsch – Nageler
BSc, MScPH Diätologin

Erleben Sie, wie genussvolles Essen und ein stabiler Blutzuckerspiegel zusammenpassen! In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Lebensmittel Ihren Blutzucker sanft in Balance halten – und welche ihn in die Höhe treiben. Sie erhalten alltagstaugliche Tipps, wie Sie durch bewusste Ernährung Heißhunger vorbeugen, Ihre Energie langfristig steigern und sich rundum wohler fühlen. Ideal für alle, die genussvoll essen möchten – ohne Verzicht, aber mit Wirkung.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!
Für die Bürgermeister:



Pflegenahversorgerinnen – Community Nurses