



# FAASTE

wanderfrënn

a.s.b.l.



laden ein zu einem **VORTRAG** mit  
**DR. MED. JÜRGEN BIRMANN**S



*Dr. med. Jürgen Birmanns (Jahrgang 1967) Arzt im Dr.-Max-Otto-Bruker-Haus, dem Zentrum für Gesundheit und ganzheitliche Lebensweise, in Lahnstein.*

*Arbeitsschwerpunkte: Prävention, Ernährungstherapie, Naturheilverfahren, Homöopathie, Ganzheitsmedizin und Promotion über Sebastian Kneipp.*

*Er ist 2. Vorsitzender der von Dr. Max Otto Bruker (1909-2001) gegründeten Gesellschaft für Gesundheitsberatung GGB e.V.*

## THEMA:

# "GESUND ALT WERDEN, FANGEN WIR JETZT AN"

Alt werden will jeder, alt sein will keiner.

Krankheiten entstehen nicht durch das Alter, sondern mit dem Alter.

Aus der Bevölkerungsstatistik geht hervor, dass die Menschen immer älter werden. Gibt es neben der gestiegenen Lebenserwartung auch eine höhere Gesundheitserwartung? Was nützt das ganze Wissen um Prävention, wenn sich doch kaum jemand daran hält? Wie funktioniert das Altern? Kann man das Alter verzögern?

Das Geheimnis, sein Leben zu verlängern, besteht darin, es nicht durch eine ungesunde, riskante Lebensweise zu verkürzen.

**TERMIN:** Donnerstag, **29. November 2018** um **19:00 Uhr**

**WO:** im Centre Atert, rue Atert in Bertrange

Faastewanderfrënn a.s.b.l.  
[www.fastenwandern.lu](http://www.fastenwandern.lu)

T.: +352 621 146 814  
[info@fastenwandern.lu](mailto:info@fastenwandern.lu)