



Weitere Infos und Anmeldung

Hormone in Balance

Bringen Sie Ihre Hormone wieder ins Gleichgewicht, denn diese steuern zahlreiche Körperfunktionen. Wir können zum Beispiel mit unserem Lebensstil Einfluss drauf nehmen. Sie erhalten einen Einblick in die fabelhafte Welt der Hormone und wie Sie das Hormongeschehen aktiv und bewusst beeinflussen können. Lernen Sie die wichtigsten Hormone kennen und was deren Balance stört. Dazu gibt's unter anderem Rezepte und Einkaufslisten.

- Angebot:** 26-4Q-KG-RHE-03
- Termine:** 14.10.2026 - 04.11.2026
4 x Mi 09:00 - 10:30
- Leitung:** Carina Müller
- Ort:** Pro Senectute Aargau, Beratungsstelle Rheinfelden, Bahnhofstrasse 26, 4310 Rheinfelden, Kursraum Adler, 3. Stock
- Kosten:** CHF 148.00
- Hinweise:** Themen: Die Welt der Hormone, die wichtigsten Ursachen eines hormonellen Ungleichgewichtes und die Förderung des hormonellen Gleichgewichtes.



Dieses Angebot ist vom Bundesamt für Sozialversicherungen subventioniert, weil es in besonderem Masse die Selbständigkeit und Autonomie von älteren Menschen fördert.