



Der effiziente Stoffwechsel - Energiequelle für das Leben

Dieser Vortrag zeigt, wie ein effizienter Stoffwechsel als wichtigste Energiequelle des Menschen gezielt gestärkt werden kann. Neben Bewegung und Ernährung spielen auch Atmung, Biorhythmus und thermische Reize eine entscheidende Rolle für Energie, Konzentration und Leistungsfähigkeit im Alltag.

Ein gut funktionierender Stoffwechsel bildet die Grundlage für körperliche Belastbarkeit, mentale Klarheit sowie Kreativität – und ermöglicht es, den beruflichen und privaten Alltag energiegeladen zu meistern.

Vortragender: **Mag. Andreas Altenhofer** - Master in cPNI - klinischer Psycho-Neuro-Immunologie, Sport- und Bewegungswissenschaftler
healthquarter OG Linz 

Termin: **Mittwoch, 8. April 2026 - 19:30 Uhr**

Ort: **Seminarraum der Apothekerkammer Oberösterreich**
Linz - Marienstraße 10a, 3. Stock

Details: Dank der freundlichen Unterstützung von  **ABACUS MEDICINE**
Better Access · Better Healthcare
für FORUM!mitglieder gratis - Nichtmitglieder € 25,-

Anmeldeschluss: 01. April 2026

Verbindliche Anmeldungen nehmen wir gerne in der Reihenfolge ihres Eintreffens entgegen - bitte an oberoesterreich@forumpharmazie.at. Ab 19:00 Uhr und auch nach dem Vortrag sorgen wir vom **FORUM!oberösterreich** für Getränke und Snacks.

Ich freue mich auf Euer zahlreiches Kommen!

FORUM!oberösterreich Landesvorsitzende
Mag.pharm. Carina Garstenauer