

Gemeinsame Veranstaltung von  
Selbsthilfe Darmkrebs 🌀 Myelom- und Lymphomhilfe 🌀 PSO Austria

**ACHTUNG!**  
**Neuer Treffpunkt:**  
**Stadtspark Wien**

Wir laden ein zum  
**Walken im Grünen**

Es geht weiter. Wir walken wieder.

Auch im Sommer ist Bewegung wichtig, fördert Gesundheit und gute Laune.

**Frau Mag. pharm. Karin Simonitsch**

von der Marien-Apotheke in Wien unterstützt das Vorhaben,  
leiht uns Nordic-Walking-Stöcke. Ihr Kollege

**Herr Mag. pharm. Felix Fleißner**

ist mit dabei. Den richtigen Bewegungsablauf zeigt die Trainerin

**Frau Dr. Jacqueline Franz**

Unser Ziel ist **NEU: Biergartl**. Dort wartet zur Belohnung ein spätes Frühstück.



Bei Regen treffen wir einander um 11 Uhr im **NEU: Biergartl** im Stadtspark.



**Immer am letzten Samstag im Monat**

29. Juli 2023, 9.30 Uhr

26. August 2023, 9.30 Uhr

30. September 2023, 9.30 Uhr



**Treffpunkt:** Johann Strauß Denkmal im Stadtspark

**Erreichbarkeit öffentlich:** U4 Station Stadtspark / Straßenbahn Ringlinien

**Wir freuen uns auf Sie/Euch!**

**ANMELDUNG erforderlich** (wegen der Reservierung im Biergartl)

**Bitte bis Montag, 24. Juli, 21. August, 25. September 2023**

**Helga Thurnher**, T: 0676 934 07 46 / info@selbsthilfe-darmkrebs.at

**Friedrich Fochler**, T: 0664 731 11 991 / friedrich.fochler@psoriasis-hilfe.at

**Elfi Jirsa**, T: 0664 385 41 61 / elfi.jirsa@myelom-lymphom.at