

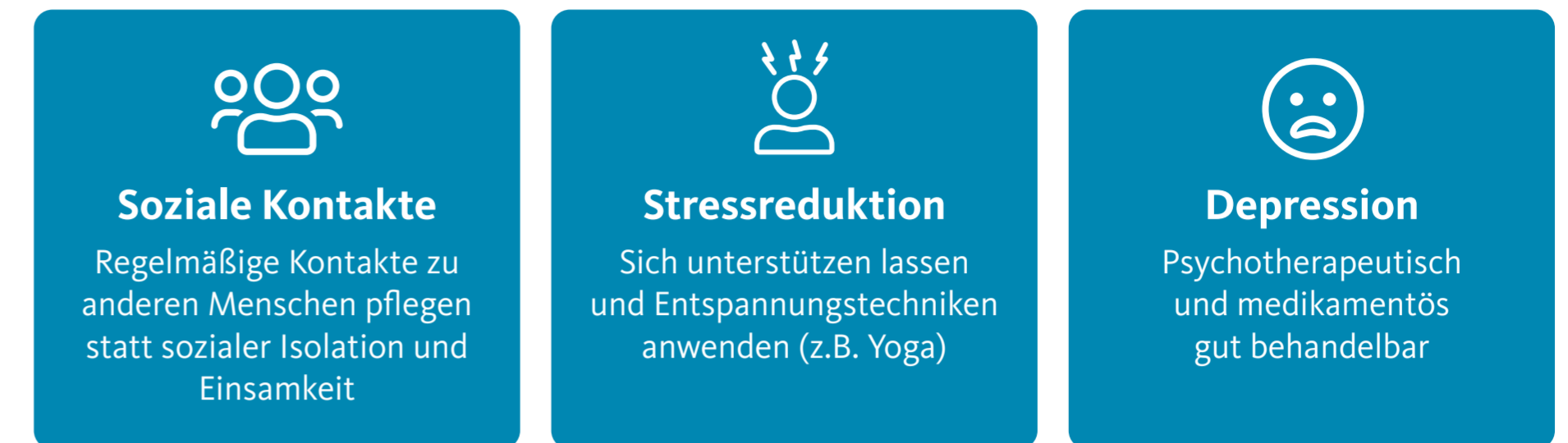
# Geistig und körperlich aktiv bleiben – achtsam älter werden.

Wichtige beeinflussbare Faktoren für Menschen, die ihre geistige und körperliche Fitness aktiv fördern möchten – in jedem Alter.

## Körperliche Gesundheit



## Psychisches Wohlbefinden



## Gesundheitsverhalten

