

LUFT HOLEN!

Für Ihre Lunge.
Für Ihr Leben.



Dienstag, 13. Oktober 2026

Freuen Sie sich auf einen abwechslungsreichen Gesundheitstag.

PROGRAMM

LuftiBus von LUNGE ZÜRICH

Ort: Parkplatz Regionalbibliothek Affoltern

Zeit: 10.00 – 13.00 Uhr | 14.00 – 17.00 Uhr

Atem-Workshops

Ort: Regionalbibliothek Affoltern

Zeit: 11.00 – 11.45 Uhr | 14.00 – 14.45 Uhr

Yoga & Atem

Ort: Zentrum Seewadel

Zeit: 10.00 – 10.45 Uhr | 13.00 – 13.45 Uhr

Fachreferat: Gut atmen, gut altern

Dr. med. Mathias Schlögl, Klinik Barmelweid AG

Ort: Zentrum Seewadel

Zeit: 15.15 – 16.00 Uhr | anschliessend Fragerunde & Apéro



Mit Unterstützung von:

PG Prävention und
Gesundheitsförderung ZH

Affoltern  Stadt
am Albis

R B A

 Seewadel
Zentrum für Gesundheit und Alter

Gemeinsam für Ihre Gesundheit.