

Weltherztag 2026

GIB ACHT FÜR EIN STARKES HERZ

8 Faktoren beeinflussen, wie
gesund Dein Herz bleibt:

Ernährung

Schlaf

Cholesterin

Körpergewicht

Blutzucker

Rauchen

Bewegung

Blutdruck



Weltherztag 2026

GIB ACHT FÜR EIN STARKES HERZ.

Informiere Dich über **die acht wichtigsten Risikofaktoren** für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.



Das kostenfreie
Paket zum Weltherztag
gleich hier fragen
oder online bestellen unter
herzstiftung.de/weltherztag

