

Künstliche Intelligenz im Alltag 3 - Individuelle Gesundheit und Wohlbefinden

Freitag, 19. Dezember 2025 | 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr

vhs Wasserburg | 83512 Wasserburg a. Inn, Salzburger Str. 19

In diesem Kurs zeige ich Ihnen, wie Künstliche Intelligenz Sie dabei unterstützen kann, ein gesünderes und ausgeglicheneres Leben zu führen. Lernen Sie verschiedene KI-Anwendungen kennen, die Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden verbessern können. Von personalisierten Fitness-Apps und smarten Ernährungsberatern bis hin zu intelligenten Schlaf-Trackern und Meditations-Apps - entdecken Sie, wie diese Technologien Ihnen helfen können, Ihre Gesundheitsziele zu erreichen und Stress abzubauen. Durch praxisnahe Demonstrationen erfahren Sie, wie Sie diese Tools in Ihren Alltag integrieren und so Ihre Lebensqualität nachhaltig steigern können.

Veranstalter:

Volkshochschule Wasserburg e.V.

Salzburger Str. 19
83512 Wasserburg a. Inn

Telefon: 08071/4873

info@vhs-wasserburg.de

<https://www.vhs-wasserburg.de/>