



Hälsokväll på Kulturkvarteret i Örebro!

Varmt välkommen till en inspirerande och lärorik hälsokväll i rörelsens tecken!

Möt livsstilsprofessor Mai-Lis Hellenius och Anna Duberg, medicine doktor i Hälsovetenskap. Boka in 12 december!

1,6 & 2,6miljonerklubben i Örebro bjuder in till en helkväll med mat och föreläsningar i Kulturkvarteret. Lär dig allt om den underskattade vardagsrörelsen och hur dans kan stärka psykisk hälsa! Vi äter en god middag tillsammans på Kulturbistron, en fisk- och skaldjursoppa, samt kaffe/the och kaka.

Kultur
bistron

Program:

Mai-Lis Hellenius, läkare och professor på Karolinska institutet föreläser bland annat om den underskattade vardagsrörelsen och presenterar nya boken från Regeringskansliet, "Varje rörelse räknas".

Anna Duberg, medicine doktor i Hälsovetenskap och fysioterapeut i Region Örebro län föreläser om "Dans för att stärka psykisk hälsa – hur då?"

Marie Svensson, stiftelseansvarig på Nyckelfonden presenterar Nyckelfondens arbete.

När: Måndagen den 12 december med mingel från kl 18.00

Plats: Kulturkvarteret sal Akustiken våning 1 i Örebro

Pris: 325 kr för medlemmar och 375 kr för icke medlemmar.



Maj-Lis Hellenius



Anna Duberg

Sista anmälningsdag 7 december

Biljetter finns att köpa hos Eva Mode och via hemsidan: 1.6miljonerklubben.com

Välkomna önskar kontaktkvinnorna i Örebro Annika och Åsa