

# HÄLSOKVÄLL

## PÅ

### MÖTESPLATS LJUNGDALA

Den 20 oktober kl. 18.30

Vi inleder kvällen med distriktsköterskan Camilla Olofsson, som informerar om hjärt-och kärlsjukdomar.

Därefter kommer den vegetariska kocken Susanna Äppelblom att lära ut och prata om bra kosthållning i det vegetariska köket.

Som avslutning har vi yogaläraren och mentaltränaren

**Ann Frödeberg,**

som upplyser oss om hur vi med mental träning kan må bättre.

Inträde inkl. fruktsallad, kaffe/te 100 kr

Trebackalånggatan 174

Buslinje 1

Välkomna!

För mer information kontakta:

Gun Vogl

Tel. 0451—26 60 65



**Hälsleholms  
kommun**