



Välkommen till en inspirerande Häsokväll!

Tid: Tisdag 3 november, kl. 18.30 -- 20.30.

Plats: Funktionsrätt Härnösand, lokal Violen, Södra vägen 5B, Härnösand

Hälsokvällen består av 3 "Akter"!

- **"Akt" I:** *Ai i hälso- och sjukvården - vad innebär detta för oss som patienter?

Medverkan av Digitaliseringsstrateg Sara Johansson, Region Västernorrland.



- **"Akt II":** Vi bjuder på lättare förtäring - frukt, "blodsockerhöjande tilltugg" samt dryck!

- **"Akt III":** Två parallella Workshops.

Workshop I: Yoga – för hållbar hälsa. Medverkan av Emma Bohman, High Coast Yoga Event.

highcoastyogaevent.se



Workshop II: Massage. En väg till förbättrad hälsa!

Medverkan av Birgitta Bergqvist, Massage at Ease .

atease.se



Ingen föranmälan krävs.

Alla är välkommen med!

Styrelsen för Funktionsrätt Härnösand i samarbete med Funktionsrätt Västernorrland

*Ai=Artificiell intelligens

