



Hälsoteket
i Väster

Hälsoångest

I ett samhälle som dagligen matar oss med ouppnåeliga ideal och ständigt ökande krav sätts självkänslan på spel. Hälsöångest, kroppsfixering och orealistiska livsstilskrav blir allt vanligare i alla åldrar.

Välkommen till en varm föreläsning full av praktiska tips på hur man applicerar självmedkänsla i vardagen när hälsoångest smyger sig på! Föreläser gör Ellen Abrahamsson från riksföreningen Frisk & Fri.

Torsdag 8 november kl. 17.30-18.30
Frölunda Kulturhus, Lilla salen

Fri entré, ingen anmälan. I samarbete med Anhörigcenter Väst.



Göteborgs
Stad



VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN