

Må bra-dag på Björnhofvda gård

**Må bra dag lördagen
den 5.9 kl. 12- ca. 16.00 på
Björnhofvda gård i Eckerö.
Dagen riktar sig till dig som
är i arbetsför ålder och
anhörig eller
närstående vårdare till ett
barn, syskon, förälder eller
annan som behöver extra
stöd av dig i sin vardag.**

Ellinor Mattsson-Myleus som är stresscoach, andningsinstruktör och sömnterapeut deltar i programmet genom föreläsning och praktiska övningar som kommer att ha fokus på andningens helande effekter.

Anmäl senast torsdag 27.8 2026
till Annette Hagman tfn: 018 527063
e-post: annette.hagman@folkhalsan.ax



**Pris: 20€, i priset ingår lunch,
kaffe och program.**

Begränsat antal platser.

**Varmt välkommen med din
anmälan!**

QR-kod för att
komma direkt in
på hemsidan för
anmälan där:

