



Workshop Hälsokörkortet

Projektet "Hälsokörkortet" har gett deltagare i studiecirkeln mer kunskap om rörelse, kost, stress, sömn, andra länder och mycket mer. Detta ska dom få visa upp! Varmt välkommen. Studiecirkeln och materialet är anpassat för intellektuell funktionsnedsättning men kan användas av många i studiecirkelform i ex föreningar eller på dagliga verksamheter.

Denna förmiddag bjuder vi in till Workshop där du får veta mer om materialet Hälsokörkortet, prova på aktiviteter, smakprov på nyttigt mellanmål, föreläsning.

Kl.10.00 - Kostföreläsning med Robin Strelitz, hälsoskribent i Kalmarposten.

Kl.10.30-11.30 - Prova-på-aktiviteter. Träffa ledare och deltagare och låt dom berätta om deras nya kunskaper och erfarenheter.

Kl.11.30 Utdelning av diplom av Hälsokörkortet till dom som deltagit under året.

Varmt välkomna hälsar Studieförbundet Vuxenskolan, cirkelledare Mia och deltagare från Vikab.

VÄLKOMMEN!

Datum: /Tid: Tisdag 12 december kl.10-12

Plats: S:t Kristoffers väg 3, stora samlingsalen. Följ anvisningarna.

Kostnad: Kostnadsfritt.

Anmälan: Ingen anmälan behövs

Projekt för att öka kunskap om hälsa. Projekt finansierat av Kalmar kommun.



Studieförbundet
Vuxenskolan



Kalmar kommun