

Kommunenavn



HVERDAGSGLEDE[®]

Inspirasjonskurs 5 grep for økt hverdagsglede

Dette er et kurs for deg over 18 år som ønsker et løft i hverdagen. Vi vil jobbe med 5 ulike grep for økt hverdagsglede. Kurset er utviklet av Rådet for psykisk helse, i samarbeid med Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttet.

Kurset går over fem kursdager, og hver økt varer i cirka 2 timer.

Oppstart: Mandag 7.november 2022 kl. 10.00-12.00

Kursdatoer: 07.11, 14.11, 21.11, 28.11 og 05.12

Sted: Hå helsesenter, Nærbø

Påmelding til: friskliv@ha.kommune.no / 415 32 642

