

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 seks kursdager, og hver økt varer i cirka 2 timer.

Oppstart: Mandag 8. mars 2021 kl. 10.00-12.00

Kursdatoer: 08.03, 15.03, 22.03, 12.04, 19.04 og 26.04

Sted: Hå helsesenter, Nærbø

Påmelding til: friskliv@ha.kommune.no / 99 21 48 22

