



BRA MAT

for bedre helse

Trenger du litt støtte og veiledning for å komme i gang med kostholdsendringer?

Velkommen til inspirasjonskurs for mer kunnskap og verktøy til gode matvaner og matvarevalg i hverdagen.



Tid: Tirsdag 3.mai og 10.mai kl. 12.00-14.30
Sted: Hå helsesenter, Lyngvegen 14, Nærbø
Kurset koster 300,-

Påmelding

www.frisklivjæren.no

friskliv@ha.kommune.no eller til 415 32 642

Kursholdere: Ingrid Edland Næsse og Ine Henriksen