

Hälsa i kvadrat

Låt dig inspireras under 15 minuter på pop up-föreläsningar på Stadsbiblioteket 300 m2 vid Brunnsparken. Höstens tema är psykisk (o)hälsa. Kom gärna en stund innan miniföreläsningen då biblioteket har plockat fram böcker i ämnet och Hälsolots bjuder på äpplen samt lotsar till egna eller samverkansparters aktiviteter på samma tema.

SKOGSBAD-SHINRIN-YOKU

MÅNDAG 16/9 300 M2 KL 12.30-12.45

Föreläsare från Sense in Nature.

BIBLIOTERAPI

MÅNDAG 30/9 300 M2 KL 12.30-12.45

Föreläsare från Stadsbiblioteket.

MER VARMPRAT-MINDRE KALLPRAT

MÅNDAG 14/10 300 M2 KL 12.30-12.45

Föreläsare från Mind.

DJURKONTAKT

MÅNDAG 28/10 300 M2 KL 12.30-12.45

Föreläsare från Stadsdelsförvaltningen Centrum.

HÄLSOCOACH ONLINE

MÅNDAG 11/11 300 M2 KL 12.30-12.45

Föreläsare från Västra Götalandsregionen.

KOLL PÅ PENGARNA

MÅNDAG 25/11 300 M2 KL 12.30-12.45

Föreläsare från Budget- och skuldrådgivningen.

Alla föreläsningar teckenspråktolkas.



I samarbete med Hälsolots Centrum Majorna-Linné.



300m²

Föreläsningarna är på biblioteket 300 m2 vid Brunnsparken

