



Sömnkurs - för dig med lätta besvär

En kurs för dig med lättare sömnbesvär under ledning av leg arbetsterapeut. Vi varvar teori med övningar och hemuppgifter. 4 tillfällen.

Anmälan och kostnadsfritt!

Anmälan: via halsolots.se
eller QR-kod



NÄR: Onsdagar
kl. 10:30-12:00
8 - 29 april 2026

VAR: Guldhedens
bibliotek
Doktor Fries Torg