



MEDIMAR

– för din hälsa –

WORKSHOP

En workshop för dig som behöver lägga fokus på din arbetshälsa och hur du kan må bra på jobbet. Tillsammans går vi igenom olika belastningsfaktorer och tittar på vad du kan göra för att ta hand om dig både på jobbet och på fritiden. Fokus kommer att ligga på levnadsvanor, fysiska belastningsfaktorer, fysisk aktivitet och återhämtning. Lämplig för arbetstagare som vill stärka och förbättra sin arbetshälsa.

NÄR: Tisdag 17.9 kl. 18.30–20.00

VAR: Medimars tränings sal

Workshopen leds av
företagsfysioterapeut
Lovisa Sundlöf



Anmälan, pris och frågor

Bindande anmälan senast
13.9 via www.medimar.ax

Pris/deltagare: 60 € +

moms

Frågor:

lovisa.sundlof@medimar.ax

*Minst 6 anmälningar för att
workshopen skall
genomföras*



018-14404



www.medimar.ax