 **Ringsaker Bondelag**

**TID**: Tirsdag 9. april kl.19

**STED**: Vea ( i auditoriet)

TEMA: Fysisk aktivitet og mental helse.

Denne kvelden kommer fysioterapeut Oddveig Irene Almås fra Oppfølgingsenheten Frisk, Moelv, og snakker om sammenhengen mellom fysisk aktivitet og mental helse.

* fysisk aktivitet er 100 medisiner
* fysisk aktivitet, et samfunnsansvar?
* kropp og sinn i balanse

Spørsmål og diskusjon!

Etter foredraget håper vi mange har anledning å bli med på ”Bruget” i Moelv og ta en pizza –bit!



VELKOMMEN!