



Hälsodag på
 Eggeby Gård
 söndagen den 10 april
 klockan 13-16

PROGRAM FÖR DAGEN

Utställning på Fältskolan: Hur får jag ett hälsosammare liv?

Aktiviteter

- Nu ska tandtrollen bort, men hur?
- Räkna ut ditt BMI
- Kolla hur din kroppsmassa är sammansatt:
 fettmassa, muskelmassa och vatten
- Massage
- Prova på "Sinneshinderbanan"
- Skrattyoga
- Är honung nyttigt? Smaka och/eller köp
- Försäljning av ekologiska produkter från Hästa gård
- Information och avsmakning av Konsums Fair Trade-märkta varor

m.m.

Föreläsningar

Klockan 14.00

SOCKER TILL FRUKOST?

"Sockerdetektiven" Maj Östberg Rundquist

Klockan 15.00

LYCKA – ATT JAGA ELLER INTE JAGA? - det är frågan

Emilia Arvidsson, Livskick.nu

HÄLSOINSPIRERAT CAFÉ

FRI ENTRÉ

VÄLKOMMEN!

För ytterligare information v g ring 08-7520910 eller www.eggeby.se

