

VÄLKOMMEN PÅ VÅR LUNCHFÖRELÄSNING  
FÖR DIG SOM ÄR SENIOR:

# Friskvård som medicin mot psykisk ohälsa

Anmäl  
dig nu!

RSMH arrangerar en inspirerande och matnyttig träff  
för dig som är senior och är nyfiken på hur friskvård  
och motion fungerar som medicin mot psykisk ohälsa.

Susanne Nygård från äldremottagningen region  
Västmanland föreläser och vi bjuder på lunch och  
presenterar vårens program.

**Tisdagen den 7 mars kl. 11.30–14.00 på Karlsgatan 22.**

**Anmäl dig till:** [annbritt.grimberg@rsmh.se](mailto:annbritt.grimberg@rsmh.se) / 070-420 82 45

**Projekt Visam**  
– vi tillsammans  
för värdighet och väl-  
befinnande för äldre  
med psykisk ohälsa.



ALLMÄNNA  
ARVSFONDEN

**RSMH**  
RIKSFÖRBUNDET FÖR SOCIAL  
OCH MENTAL HÄLSA