

# INBJUDAN MÅ BRA DAG I HÄRMÄ



## Bästa närståendevårdare och vårdtagare

**Till Er som har deltagit på semesterdagar för  
närståendevårdare och vårdtagare de senaste fyra åren.**  
Ni är varmt välkomna med på en Må Bra dag vid Härmä spa.

**Tidpunkt:** Fredagen den 16.6 kl **9.30 – 15.**

Vi börjar dagen med kaffe och trevligt återseende.  
Förmiddagens program är samvaro och diskussion kring positiva  
känslor. Efter en god lunch fortsätter vi med Rörelseglädje.  
Därefter följer utevistelse (om vädret tillåter), plättstekning och  
kaffe ute i naturen.

Tveka inte att ringa ifall ni har några funderingar eller frågor.  
Kostnad: 30€/par

Vi önskar få er anmälan senast den **6.6.**

**Anmälan och förfrågan till:**

Pia Nabb 050-542 8175, [pia.nabb@folkhalsan.fi](mailto:pia.nabb@folkhalsan.fi) eller

Anki Elvström 050-467 6657 [anki.elvstrom@folkhalsan.fi](mailto:anki.elvstrom@folkhalsan.fi)

***Varmt välkomna!***  
*Hälsningar Anki och Pia*