

Anmälan:  
ornskoldsvik@diabetes.se  
eller till Ulrika  
tel: 070-6680769  
Anmäl senast 24/9

29 Sep  
18.00-20.00  
Plats: UH



# HÄLSO FÖRELÄSNING

Josip Pavic  
Friskvårdskonsult

**VAD** händer när jag rör på mig?

**VARFÖR** mår jag bättre av motion?

**HUR** börjar jag motionera?