

# GOD HÄLSA ÄR VIKTIGT FÖR DIG



HÖGSKOLAN  
DALARNA

Onsdagen den 29 september klockan 10-14 i Studenternas hus Kåre (Åsgatan 37, Falun)



**Välkommen till en förmiddag i hälsans tecken! Högskolan Dalarna i samarbete med Dalarnas studentkår och Dala Sports Academy erbjuder tre hälsoinriktade föreläsningar\* för alla som är intresserade av hälsa och välbefinnande.**

## Program

- 10:00-10:45 Vardagsmotion och hälsa  
- samhällsplanering för en friskare befolkning  
*Anton Grenholm*
- 10:45-11:00 Fikaförsäljning
- 11:00-11:45 Styrketräning för hälsa  
*Michail Tonkonogi*
- 11:45-13:00 Lunchförsäljning
- 13:00-13:45 Fetma och fysisk aktivitet  
*Michail Tonkonogi*

Föreläsningarna är kostnadsfria och ingen föranmälan krävs.  
Lunch och fika säljs av Dalarnas studentkår.

**Välkomna!**



\* Föreläsningarna är en aktivitet under Folkhälsoveckan. Veckan arrangeras av Falu kommun i samarbete med Högskolan Dalarna, Landstinget Dalarna, Svenska kyrkan samt organisationer, föreningar och företag.

du.se