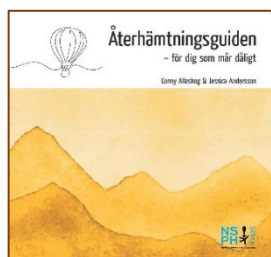


Tro på Dig själv och Dina möjligheter till psykisk hälsa och glädje

# ÅTERHÄMTNINGSCAFÉ

Här träffas Vi för att prata om vad återhämtning innebär och vilka möjligheter som finns för att må bra i livet



## SIMRISHAMN

Marint centrum, *Skeppet*, Varvsgatan 4

25 april kl: 17.30 – 20.00

Vid kvällens caféträff lyssnar vi till dietist Anna Ingvarsson som berättar om "Den värdefulla maten". Britt-Marie Wrahme från *Friskis* och *Svettis* leder oss vidare in på vikten av att röra sig. Vi komponerar vår egen, nyttiga macka och så får vi testa en fysisk övning

Arrangemanget är **GRATIS**

Fika serveras

Vi som ansvarar denna gång är:

Lisa, Åsa och Marie

Vill du veta mer? Kontakta gärna

[elisabeth.bengtsson@simrishamn.se](mailto:elisabeth.bengtsson@simrishamn.se)

[asa.bergwall@simrishamn.se](mailto:asa.bergwall@simrishamn.se)

[marie.gassne@skane.se](mailto:marie.gassne@skane.se), 072-599 79 48

## VARMT VÄLKOMMEN!

Återhämtningscafé är ett samarbetsprojekt mellan kommunerna och psykiatrin i sydöstra Skåne

