

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



## Tomelilla

Byavägen 37, café Kryddan

21 November kl: 17.30 – 20.00

**YOGA** är ett verktyg för att skapa balans mellan kropp, själ och sinne. I kväll blir vi guidade och får testa på denna uråldriga tradition för välbefinnande och återhämtning



Arrangemanget är **GRATIS**

Fika serveras

Vi som ansvarar denna gång är:

Anna-Lena, Maria, Maria, Marie och Anneli

Vill du veta mer? Kontakta gärna

[annalena.lindewall@tomelilla.se](mailto:annalena.lindewall@tomelilla.se), 0709-95 80 16

[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

