

# Må bra HELA LIVET

För dig som är 60 +

Tisdag 3 mars kl. 12.30-16.00

med Susanne Forslund

**Du som är 60+ är välkommen till en inspirerande halvdag** med innehåll som fokuserar på ökad förståelse för oss själva och våra livssituationer. Dagen handlar om att bli mer medveten om våra handlingar och reaktioner, stärka självkännedom och hitta verktyg som kan vara till stöd vid förändringar i livet.

Målet är att ge inspiration, igenkänning och kunskap som kan bidra till trygghet och balans i vardagen.

Susanne Forslund, terapeut och organisationskonsult, leder dagen och även Grums kommun medverkar.

**GRUVAN, SVEAGATAN 118 - GRUMS**

**Anmäl dig senast 27/2 till Elisabeth Aronsson**

Mejl: [elisabeths.utb@gmail.com](mailto:elisabeths.utb@gmail.com) eller SMS: 070-601 09 81

**Alla välkomna! Kostnadsfritt. Vi bjuder på enkelt fika.**

Arrangörer: PRO Grums,  
Grums kommun och  
ABF Värmland

**PRO**



GRUMS KOMMUN

