



Välkommen till en föreläsning om möjligheter!

Ett tillfälle att få veta mer om de stöd för livsstilsförändring som Riksförbundet HjärtLung erbjuder våra lokalföreningar

Tid: **Tisdagen 26 april 2022 kl 14.00–16.00**
Plats: Digitalt via Microsoft Teams

Medverkande: **Marie Ekelund** från Riksförbundet HjärtLungs förbundskansli, ansvarig för utbildning, livsstil och marknadsföring
Solveig Bäckman, hälsocoach från lokalföreningen Norra Skaraborg

Vem passar det för?

En viktig del av vårt gemensamma uppdrag (enligt stadgarna) är att ”erbjuda kunskap, gemenskap och stöd för livsstilsförändringar”. Den här föreläsningen passar för alla medlemmar som vill vara aktiva och få mer kunskap, tips om nyheter och idéer om hur vi kan gå framåt i vårt föreningsuppdrag.
OBS! Du som är EVO (egenvårdsombud) eller SO (studieorganisatör) kommer även att bli inbjuden av förbundet till en längre och mer omfattande kurs till hösten.

Lite om innehållet:

Marie ger oss en översikt över det stöd som vårt riksförbund erbjuder alla lokalföreningar i arbetet med kunskaps- och livsstilsfrågor med tillhörande aktiviteter. Hon berättar om hjälpmedel, metoder och material, ”ett smörgåsbord av möjligheter”. Marie har under många år arbetat med att utveckla dessa områden, som är så viktiga i vår verksamhet. **Solveig** är ganska ny som hälsocoach och kommer att berätta om hur hon upplever sitt uppdrag och vad hon skulle kunna göra även för andra föreningar. Du kommer också att få möjlighet att ställa frågor till de medverkande.

Om det tekniska

Du kan delta i Teams-möten med hjälp av antingen en dator med nätuppkoppling, en surfplatta eller smart telefon. Kamera och mikrofon behövs. Du måste också ha en e-postadress. Någon dag innan kurstillfället kommer du att få ett mail från vårt kansli, som innehåller en länk till mötet.

En halvtimme innan mötet börjar, dvs från kl.13.30, finns kursledare på plats. Alla deltagare, men särskilt nya och/eller osäkra Microsoft Teams användare, är då välkomna att testa att ansluta sig genom att klicka på den utskickade länken. Där finns också uppgift om vilket telefonnummer du kan ringa, om du vill ha hjälp att komma in i mötet.

Utbildningen genomförs i samverkan med ABF Västra Götaland och Riksförbundet HjärtLung samt med stöd från VG Regionen.

Anmälan: Till vårt kansli senast onsdag 20 april 2022

✉ Riksförbundet HjärtLung Västra Götalands län
Kronogatan 2, 462 30 Vänersborg
☎ 076-199 88 78
@ info@vastragotaland.hjart-lung.se