

A portrait of Kaveh Rashidi, a man with dark curly hair, a beard, and glasses, wearing a black button-down shirt. He is smiling and looking towards the camera. The background is a solid grey.

delta

En arbeidstakerorganisasjon i YS

Foto Kristoffer Myhre

KAVEH RASHIDI

A cluster of autumn leaves in shades of orange, yellow, and red, positioned to the right of the speaker's name.

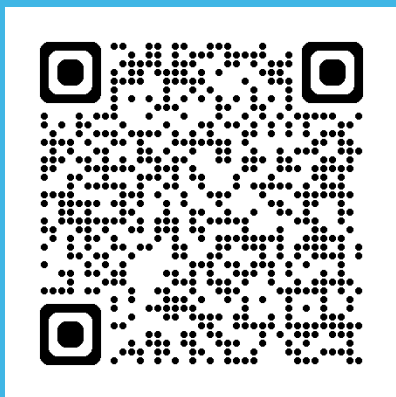
Høsten blir alltid **mer** spennende med Delta!

Senk skuldrene - et sunt liv er enklere enn du tror!

En stadig større del av livet vårt dreier seg om å forbedre helsa. Enten det gjelder kosthold, trening, behandlere vi burde gå til, eller tiltak for å styrke psyken.

Men kan du noensinne bli fornøyd hvis det alltid er noe du bør endre på?

I dette foredraget skiller han de gode fra de dårlige rådene, og hjelper deg til å ta bedre valg for kroppen og sinnet ditt.



(påmeldingen gjøres via
QR-kode til Kulturhusets side)

Modum Kulturhus

Torsdag 16. oktober

Dørene åpner kl. 18.00

Programmet starter kl 18.30 - 20.00

Adressen til Kulturhuset:

Rådhusveien 2, 3370 Vikersund

Kulturhuset 2. etg

Gjensidige 

Nordea