



Huvudvärk – en riktig plåga! Hur handskas man bäst med sin huvudvärk?

MÅNDAG 13 OKTOBER 2014 KL 17.30-20.30
SUMMIT, GREV TUREGATAN 30, STOCKHOLM

Välkommen på en temakväll om ett mycket vanligt och mycket jobbigt hälsoproblem.

- 17.30 Registrering
- 18.00 Alexandra Charles, ordförande 1,6 & 2,6 miljonerklubben hälsar välkommen tillsammans med Marie Lundberg från Migrärföreningen i Stockholm.
- 18.15 ”Patientens huvudvärk - doktors huvudvärk” Jaan Albo, neurolog med intresse för huvudvärk, Vällingby läkarhus, reder ut och förklarar.
- 19.00 Paus – kaffe/te och smörgås. Annan dryck finns att köpa.
- 19.20 ”Hantera din huvudvärk med Yoga och Ayurveda” Per Söder är lärare i Kundaliniyoga (medicinsk yoga) och har utvecklat Migränyoga för att förebygga och hålla migrän och spänningshuvudvärk borta.
- 20.00 ”Lycka på fullt allvar - En introduktion till positiv psykologi”, Katarina Blom, psykolog, och Sara Hammarkrantz, journalist med psykologi som specialområde, berättar om sin alldeles färskaste bok där de tar loven av grundlösa lyckolöften och visar på hur vi kan skapa välbefinnande på lång sikt.
- 20.30 Avslutning – tack för ikväll!



www.migrania.se

Arrangemanget sker i samarbete med
Migrärföreningen i Stockholms län.

ANMÄLAN www.1.6miljonerklubben.com eller ring 08-20 51 59
PRIS 140:- för medlemmar i 1,6 och Migrärföreningen i Sthlms län
170:- för övriga

Bli medlem på www.1.6miljonerklubben.com

www.1.6miljonerklubben.com

1,6 & 2,6 miljonerklubben, Grev Turegatan 27, 114 38 Stockholm, tel 08-20 51 59

