

# Fysisk aktivitet på recept (FaR) i Västernorrland

Den vårdpersonal du möter vid dina besök i vården kan föreslå FaR för att förebygga sjukdom eller som en del i din behandling utifrån ditt hälsotillstånd. Är du nyfiken på om FaR skulle passa för dig, rådfråga den vårdpersonal du möter. All legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal i Västernorrland kan förskriva FaR samt remittera dig om du önskar ytterligare stöd.

Vi erbjuder i nuläget att man får komma & prova på gratis två ggr.

Vi dansar på Värstaborg, Njurundavägen 109, Kvissleby

Kontaktperson: Madde Skiöld

Instruktör på steg 1-Nybörjare

[madde.skiold@gmail.com](mailto:madde.skiold@gmail.com)

070-5980156

