

ONSDAG

15.

FEBRUAR

kl. 19.00-20.30

FOLKEMØTE



VITALT: Når blir **stress** farlig?

Sykehuset Østfold inviterer til folkemøte på Litteraturhuset i Fredrikstad 15. feb. kl. 19.00. Kan man bli syk av stress? Hvordan kan du ta kontroll over og forstå eget stress? Hva sier forskningen? Psykologspesialist Christian Lunde-Hanssen forteller om traumer, stress og regulering i hverdagen, og hvordan stressregulering kan bidra til at pasienter får best mulig behandling og oppfølging på sykehuset. Velkommen!



Les mer på
Facebook