

# Bella Stensnäs

## - Det utmanande anhörigskapet

En föreläsning om hur stress påverkar vårt mående och vikten av återhämtning. Bella ger kunskap och konkreta råd i hur man hanterar sin livssituation, bygger sitt eget liv och hittar en balans i ett utmanande anhörigskap.



Foto: Micke Wall

**När:** 3 april kl. 17.30 – 19.30  
**Plats:** Dalheimers Kustgatan,  
Kustgatan 10  
**Anmälan:** Via eventonline  
eller via Qrkoden.  
Begränsat antal platser.  
Kostnadsfritt.

Bella Stensnäs är leg. Psykolog och specialist inom utmattningssyndrom, stressrelaterad ohälsa och neuropsykiatri.

**Kontakt:** vid frågor eller hjälp med anmälan  
Monica Albinsson 031- 365 33 56

