

Promenadstråk Hälsa 2020



Promenadstråk



Promenadstråket runt lasaretsområdet är 3 kilometer.
Följ skyltarna på väg till en bättre hälsa!

Säg hej till en bättre hälsa!
Börja redan idag. Följ skyltarna i promenadstråket Hälsa 2020.

Med en promenad uppnår du många positiva effekter. Du blir gladare, orkar mer, sover bättre och kan lättare hantera stress och hålla vikten. Dina chanser till livslång hälsa ökar redan efter 15 minuters dagliga promenader.

Västerbottens läns landsting har en utmanande vision: "År 2020 har Västerbotten världens bästa hälsa och världens friskaste befolkning."

Anta utmaningen du också!



VÄRLDENS BÄSTA
Hälsa2020