

## 21/9 Skratt inget man skojar bort

Henrik Widegren känd underhållande läkare från Fråga Lund kommer och pratar om ”Skratt – inget man skojar bort”. Det är populärvetenskapligt, komiskt och blandar prat med glada sånger (så att vi får tillämpa det vi har lärt oss).

Henrik skriver på sin hemsida: ”En del anser att humor bara är på skoj. Men kliniska studier visar att skratt ökar energiförbränningen, minskar risken för högt blodtryck och hjärtsjukdom, och kan förbättra immunförsvaret och förebygga utbrändhet. Och dessutom är det ju roligt att skratta!”

I samarbete med  **Studieförbundet  
Vuxenskolan**