

# Små steg leder också framåt

Visste du att lite mer rörelse varje dag kan ge dig bättre hälsa?

Med Fysisk aktivitet på recept (FaR) får du stöd att hitta det som passar dig och din vardag.

Prata med vårdpersonalen om Fysisk aktivitet på recept (FaR) för att få hjälp att ta första steget.

