

Friskvård & Rehabilitering

En resurs för Dig!



Vi är fyra företag som med stor inlevelse arbetar för att stärka det friska hos våra medmänniskor. Med gemensamma krafter syr vi ihop koncept som skapar välmående och stärker från topp till tå, in- och utvändigt, både inomhus och utomhus!

Visst låter det spännande!

Med vår unika kombination av kunskap erbjuder Vi:

För foten:

- Fotbehandlingar - Fotgymnastik
- Individuellt utprovade skor,
- Tillverkning av fotbäddar

För kroppen:

- Zonterapi
- Rådgivning inom kost och motion
- Praktisk matlagning
- Naturupplevelser

För själen:

- Stresshantering
- Avslappning
- Mental träning
- Stödsamtal

Aktiviteterna anpassas efter kundens önskemål, individuella eller i grupp, praktiska och teoretiska. Erbjuds som en- till flerdagarsaktiviteter eller hela friskvårds/rehabiliteringsprogram. Vi ordnar även föreläsningar för såväl allmänheten som företag.



Äppelbo Fotvård

Åsa Lundberg heter jag och arbetar som fotterapeut. Har haft glädjen fått träffa trevliga människor och arbeta med fötter sen 1991. Ett yrke jag älskar. Undervisar grupper i fotgymnastik. Arrangerar föreläsningar i kombination med utställare där temat är FRISKVÅRD. Tel.: 0281-22583 Mobil: 070-6479214 Email: asa.lundberg@appelbo.net www.appelbo.net / företag / Äppelbo fotvård



Fot & Skospecialisten

Jag heter Susanne Lundberg och arbetar som fotterapeut och ortopedtekniker. Utbildad på Axelssons (AGI) 1997-1998 och hos ortopedingenjör Lars Eghamn. Jag hjälper kunden med fotbehandlingar, att hitta rätt skor, fotanalys, gång/löptest och individuellt utprovade fotbäddar. Har även försäljning av andra produkter, allt som gör dig lättare på foten. Tel.: 0281-10234 Mobil: 070-3248453 Email: info@fotskospecialisten.se www.fotskospecialisten.se



Karin Fredriksson Relationsutveckling Det Goda Samtalet

Jag är socionom (1976) och utbildad avslappningslärare. Har arbetat med kurser i aktiv rehabilitering för sjukskrivna och arbetslösa under tiden 1989-2004. Jag har kurser i Avslappning – Stresshantering – Mental träning. Stödsamtal –Livshantering –Självkännedom –Skapa goda relationer Rehabilitering Jag håller föreläsningar. Arbetar med samtal i grupp, enskilt och med par. I mitt arbete utgår jag från helhetssyn på människan och fokuserar på här och nu. Tel.: 0280-40355 Mobil: 070-3074073 Email: f-karin@hotmail.com
www.relationsutveckling.se



Naturligt Liv i Dalarna

Jag heter Anna-Greta Fagerberg, är utbildad vildmarksguide och kock samt diplomerad friskvårdsterapeut. Eftersom jag har egen erfarenhet av att naturens läkande kraft kan stärka och hela en människa brinner jag för att visa, hjälpa och leda andra människor till en livsstil nära naturen och med ett friskt hälsotänkande. Jag erbjuder guidning inom friskvård, rekreation, rehabilitering med kost - motion – stresshantering i kombination med naturupplevelse och friluftsliv. Tel: 0281-71906 Mobil:070-3539266 Email: info@naturligtliv.se www.naturligtliv.com

Friskvård & Rehabilitering En resurs för dig!

**Besök oss gärna i vår lokal:
Kvarteret Smeden
Kapellgatan 4 780 50
Vansbro**

Välkommen!

Karta

