HELLO HÄLSA

Bli inspirerad
Bli rustad
Dela vidare

En helg för hälsa, inspiration & mission

20 - 22 november 2026

LifeStyleSTAY — Hagegården Retreat Hotell

Hälsoinsatser öppnar dörrar till människors hjärtan

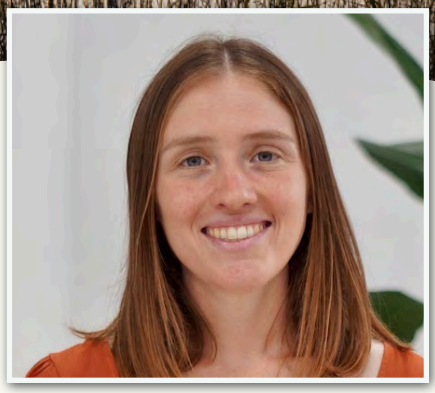
Hälsa är mer än vad vi äter eller hur mycket vi motionerar. Det berör våra tankar, känslor, relationer och vårt andliga liv – och det kan öppna dörrar till meningsfulla samtal om hopp och tro.

Välkommen till Hagegården för en inspirerande helg fylld av ny information, praktiska verktyg, gemenskap och förnyad inspiration för hälsoarbetet. Tillsammans utforskar vi hur vi kan stärka vårt eget välmående, samtidigt som vi använder hälsobudskapet för att skapa kontakt med människor i vår omgivning.



DR. VIRIATO FERREIRA
Läkare • Portugal

- Att hantera mina tankar och känslor.
- Att stärka min emotionella intelligens.
- Att navigera genom förlust, rädsla och besvikelser.
- Platsen för hälsoinsatser i den sista tiden.



ANA BELÉN CARLINO
Professor i nutrition • Argentina

- Nya upptäckter och uppdateringar om Adventist Health Study.
- Hur använder man tallriksmodellen för att hjälpa människor .

Tallriksmodellen är ett visuellt verktyg för kost som hjälper dig att sätta ihop en hälsosam och balanserad måltid utan att räkna kalorier .

ÖVRIGA PRESENTATIONER



LIFE BY DESIGN
En ny resurs från LifeStyleTV

Hjälper människor att bygga broar från hälsa till Skaparen – med praktiska livsstilsprinciper som leder vidare till djupare frågor om syfte, skapelse och tro.

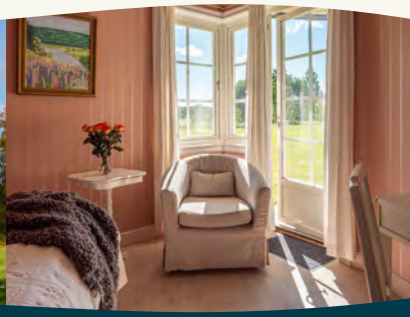


KNYTA KONTAKTER GENOM HÄLSA
Idéer och vittnesbörd från församlingarna

Låt dig inspireras av praktiska exempel på hur församlingar använder hälsa för att bygga relationer, tjäna sina lokalsamhällen och skapa möjligheter för meningsfulla andliga möten.







Information och anmälan: www.lifestylestay.se/hello2026

Sista anmälningsdag: 8 november

Arrangörer: LifeStyleTV & Adventistsamfundets hälsoverksamhet