

# Vi firar Nationella Anhörigdagen tillsammans med Henrik Widegren!

13 oktober 2023

Start 17.00

Kommunhuset

Ingen föranmälan.

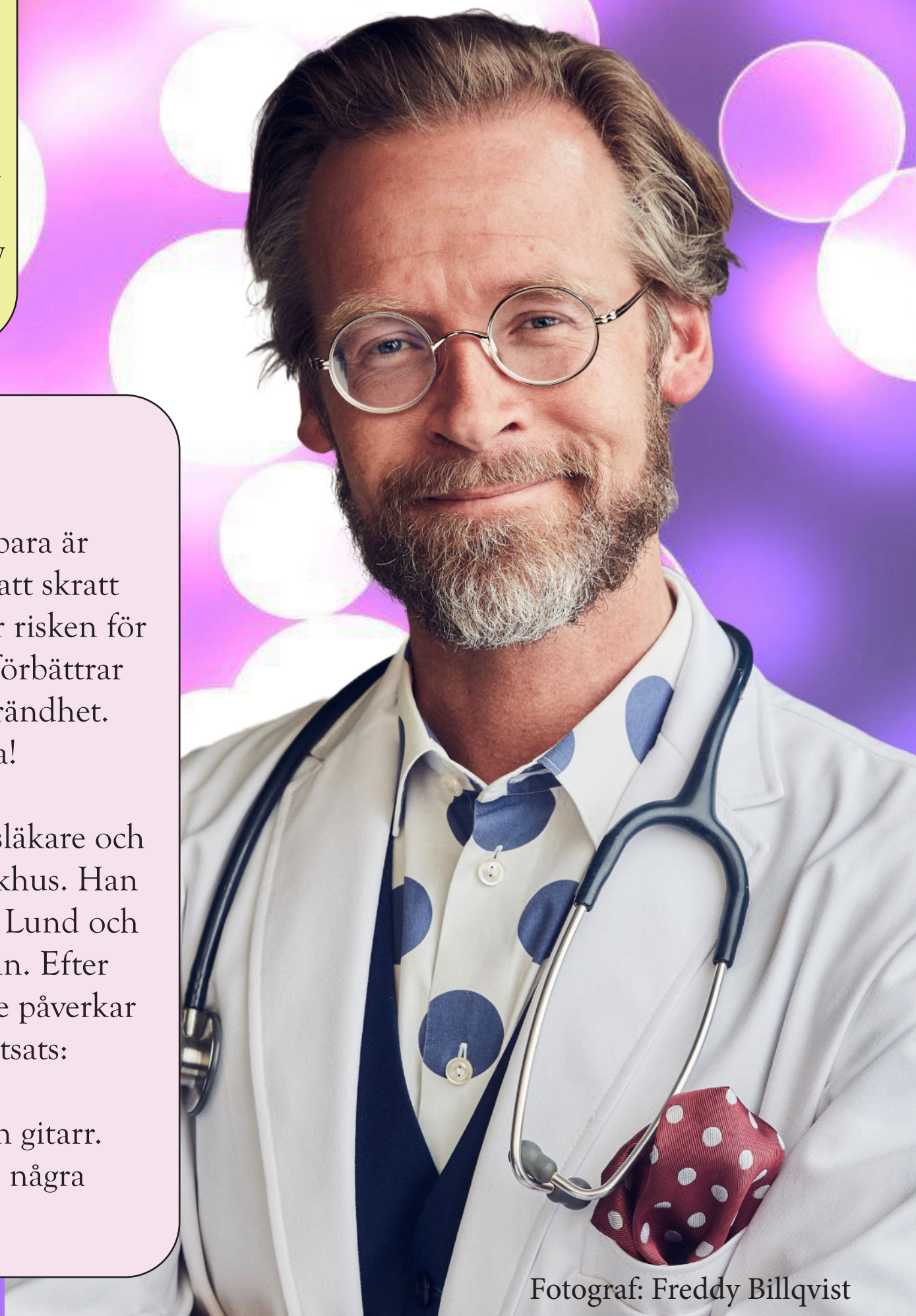
Fri entré!

Arrangeras av Anhörigföreningen  
i Hörby tillsammans med Hörby  
Demensförening, ABF och Hörby  
kommun.

## Skratt – Inget man skojar bort!

En del anser att humor och skratt bara är på skoj. Men kliniska studier visar att skratt ökar energiförbränningen, minskar risken för högt blodtryck och hjärtsjukdom, förbättrar immunförsvaret och förebygga utbrändhet. Dessutom är det ju roligt att skratta!

Henrik Widegren är öron-näsa-halsläkare och foniater vid Skånes Universitetssjukhus. Han är medlem i panelen i SVT:s Fråga Lund och skriver krönikor för Dagens Medicin. Efter att ha studerat hur skratt och glädje påverkar vår hälsa och välmående är han slutsats: Humor ska vi ta på högsta allvar! Henrik kommer även att ta med sin gitarr. Har vi otur kommer han att sjunga några sånger...



Fotograf: Freddy Billqvist