

Må och fungera bra i skolan, på jobbet och i livet med Bwell 2.0.

Förebygger stressrelaterad ohälsa

Ett enkelt digitalt hälsoverktyg

- Förebygger stress och psykisk ohälsa.
- Motverkar livsstilssjukdomar.

Frågor om livsstil:

Livet i skolan/på arbetet, fysisk kapacitet, upplevd hälsa, matvanor, fritiden, alkohol, narkotika/droger, tobak, spel (ANDTS), och känsla av sammanhang (KASAM).

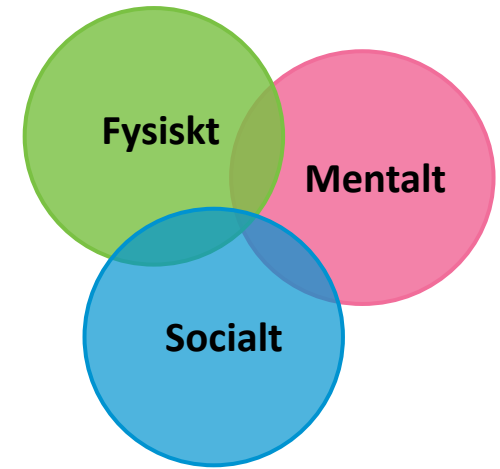
Vetenskapligt utvärderat av Linnéuniversitetet.



Acki Wästlund
Bewell Academy
+46 0708 280918
acki@bwellacademy.com
www.bwellacademy.com

Personlig Livsstilsplan med eget ansvar för hälsa och välmående.

Individuellt eller i grupp.
Med eller utan Bwell-Coach.



Teamskapande enkla fystester:

- styrka
- rörlighet
- balans
- motorik
- hållning
- kondition

