

Ta ett break.



BREAKS



För en piggare hjärna!



Från norr till söder tar klasser över hela Sverige rörelsepauser med Breaks. Några minuters rörelse ger ny energi och gör det lättare att hitta fokus. Ha kul tillsammans när ni testar nya moves under skoldagen! Märker du någon skillnad efter ett break?

folkhalsomyndigheten.se/breaks



Folkhälsomyndigheten

i samarbete med

Skolverket

**Ta ett
break.**



BREAKS



**Och
få ny
energi!**



Från norr till söder tar klasser över hela Sverige rörelsepauzer med Breaks. Några minuters rörelse ger ny energi och gör det lättare att hitta fokus. Ha kul tillsammans när ni testar nya moves under skoldagen! Märker du någon skillnad efter ett break?

folkhalsomyndigheten.se/breaks



Folkhälsomyndigheten

i samarbete med

Skolverket



Från norr till söder tar klasser rörelsepauser med Breaks. Varje break ger ny energi och gör det lättare att hitta fokus. Ha kul tillsammans samtidigt som ni får in mer rörelse under skoldagen! Hur många breaks tror du att vi lyckas göra över hela Sverige?

folkhalsomyndigheten.se/breaks



Folkhälsomyndigheten

i samarbete med

Skolverket