

# 12 minuter över 12

En serie miniföredrag av Högskolans forskare och lärare  
kl 12.12 på Högskolebiblioteket eller på Stadsbiblioteket.

## Mindre migrän!

*– En anpassad livsstil kan förebygga  
anfall. Kanske en migrän”app” till alla  
som behöver?*

Migrän är ett gissel och folkhälsoproblem. I det här miniföredraget vill Kerstin Hedborg visa att en anpassad livsstil kan förebygga anfall och att det skulle betyda mycket för folkhälsan om denna kunskap kunde föras ut på bred front. Kanske en migrän”app” till alla som behöver vore en väg framåt?

Öppet miniföredrag av Kerstin Hedborg,  
lektor i medicinsk vetenskap, Högskolan i Gävle



Föredragen hålls två torsdagar per månad och börjar 12 min över kl 12. De håller på i ca 12 minuter och följs av en frågestund fram till kl 13 för alla som vill veta mer. Föredragen hålls varannan gång på Högskolebiblioteket respektive Stadsbiblioteket.

Högskolebiblioteket ... om aktuell forskning  
Stadsbiblioteket ... på temat populärvetenskap  
Båda biblioteken är öppna för allmänheten.

Målet med serien är att sprida information om pågående forskning samt att öka kontakten mellan Högskolans forskare och en bredare publik.

**Varmt välkomna till dessa gratisarrangemang!**

Ingen föransmälning krävs.  
Närmare information och program finns på bibliotekens hemsidor  
[www.hig.se/biblioteket](http://www.hig.se/biblioteket)  
[www.gavle.se/uppleva--gora/bibliotek](http://www.gavle.se/uppleva--gora/bibliotek)

**Biblioteken är mer än du tror!**

**TORSDAG 29 NOVEMBER**

**kl 12.12**

**Stadsbiblioteket**

Slottstorget 1, Gävle

**Välkommen!**

*Ett samarbete mellan  
Högskolebiblioteket och Stadsbiblioteket*

