



**SIND Rudersdal inviterer til mad og musik i anledning af  
Verdens Mentale Sundhedsdag 2023  
søndag den 8. oktober fra kl. 12.30-15.30  
efter maden  
spiller Lalou/Steffie Kristensen en solo koncert fra 14-15**

Det hele foregår i Café Kultur på  
Kulturcenter Mariehøj, Øverødvej 246 B, 2840 Holte.  
Bussen går lige til døren.

Vi starter kl. 12.30 med buffet og vand. Efterfølgende byder vi på kaffe/te og kage.  
Lalou/Steffie Kristensen spiller koncert fra 14-15.  
Det er gratis for SIND Rudersdals medlemmer og personer bosiddende i Rudersdal.



Den skandinaviske singer-songwriter Lalou, alias Steffie Kristensen, kombinerer i sin musik elementer af pop, electronic, R&B og jazz. Hør her <https://youtu.be/7C3LJOI7GFU>  
Publikum tages nænsomt i hånden og føres ind i en verden af både melankoli og forløsning med en glæde, der smitter.  
Lalous anmelderroste album Secret Smiles udkom i 2021: en perlerække af lækre kompositioner med et fælles tema: Stå op for dine drømme, stå ved, hvem du er, og hvad du føler, lev livet.

Lalous helt nye album "Keep the change", udkommer den 13. oktober 2023. Det vil vi også høre numre fra. Glæd jer til en dejlig søndag.

Tilmelding til via NemTilmeld: <https://sindrudersdal.nemtilmeld.dk/3/> senest onsdag den 4. oktober 2023 kl. 12.

Mange hilsner  
SIND Rudersdal lokalafdeling  
[sind.rudersdal@gmail.com](mailto:sind.rudersdal@gmail.com)

**SIND** – Landsforeningen for psykisk sundhed har medlemskampagne fra 1. oktober til 31. december. På dagen har du mulighed for at melde dig ind i SIND til kampagnetilbuddet på 100 kr. for resten af 2023 og hele 2024 - kontant eller via mobilepay **867553** til SIND - Landsforeningen for Psykisk Sundhed.