

FRISKLIVSRESEPT

Dato

Navn

Født

Adresse

Telefon

- Fysisk aktivitet
- Kosthold
- Røykeslutt/snusslutt
- KID (kurs i mestring av depresjon)
- KIB (kurs i mestring av belastning)
- Livslystkurs
- Søvnkurs

Henvises pga:

.....

.....

Merknader:

.....

.....

Ta kontakt med frisklivssentralen for å avtale tid for
helsesamtale på: **TLF. 941 64 024, 414 58 097**
eller 948 70 912
mandag - fredag kl.0900 - 1400

HENVISER