

- Individuell veiledning, gruppetrening og kurs for deg som vil endre levevaner for å få bedre helse

## FRISKLIVSRESEPT

Navn:	
Adresse:	
Personnr:	Telefon/mobil:
Henviser:	Dato for henvendelse:
Fastlege:	Jobb/yrke:
E-post:	
Bakgrunn for henvendelse?	
Jeg ønsker å endre:	
	<input type="checkbox"/> Fysisk aktivitet
	<input type="checkbox"/> Kosthold
	<input type="checkbox"/> Tobakksbruk
	<input type="checkbox"/> Søvn
	<input type="checkbox"/> Annet
Jeg er interessert i følgende kurs:	
	<input type="checkbox"/> Bra Mat Kurs
	<input type="checkbox"/> Matlaging for nybegynnere
	<input type="checkbox"/> Tobakk - sluttveiledning
	<input type="checkbox"/> Kurs i Livsstyrketrening
	<input type="checkbox"/> Kurs i mestring av stress og belastninger (KIB)

Merknad (Relevant diagnose, særskilte hensyn/utfordringer):

.....

.....

Du kan ta direkte kontakt med oss, eller du kan bli henvist av NAV eller helsepersonell. Vi er en del av helsetilbudet i Sola kommune, og er pliktige til å føre journal.

Mobil: 905 93 135

E-post: frisklivssentralen@sola.kommune.no

Besøksadresse: Stangelandsenteret, Kleppvegen 10, 4050 Sola, grå paviljong, gul inngang

Postadresse: Frisklivssentralen, Sola kommune, PB 99, 40979 Sola

<http://sola.kommune.no/frisklivssentralen>