

## FRISKLIVSRESEPT

Dato: .....

Navn: .....

Født: .....

Adresse: .....

Telefon: .....

### Jeg har behov for råd og veiledning i forhold til:

- Friskustrening i gruppe
- Kostholdsveiledning
- Tilpasset egentreningsprogram
- Stressmestring og psykisk helse
- Annet

Merknader: .....

.....

.....

Jeg er kjent med at man ved å fylle ut en Frisklivsresept får delta i Friskusgruppa i en periode på 3 måneder, mot en egenandel på kr 300,-.

Sign: \_\_\_\_\_

Ta kontakt med frisklivssentralen for å avtale tid for oppstartssamtale og vurdering. Skjemaet kan også leveres på Øksfjord Helsecenter, slik at vi kan kontakte deg for en oppstartssamtale.

**Telefon: 78 45 30 61 / 90 36 84 42**

**E-post: [frisklivssentralen@loppa.kommune.no](mailto:frisklivssentralen@loppa.kommune.no)**

Mer informasjon finner du også på vår Facebook-side og på kommunens hjemmeside.

Henviser (kreves ikke): \_\_\_\_\_