

Gratis livsstilssamtale

Få en gratis livsstilssamtale i Pulsen eller Sundhedscenter Skive

Overvejer du at ændre livsstil og vaner? Selv små ændringer kan gavne din sundhed og trivsel både nu og senere i livet.

Samtalen tager udgangspunkt i netop din hverdag og de udfordringer, du står overfor.

Samtalen kan handle om:

- mad og motion
- alkohol og/eller rygning
- søvn
- mental sundhed
- det der fylder for dig

Yderligere information og booking af tid - kontakt:

Forebyggende medarbejder og sygeplejerske **Henriette Lynnerup**

Mail: henl@skivekommune.dk

Telefon: 9915 7300 til Sundhedscenter Skive

Mandag - torsdag klokken 8.00 - 14.00.

Fredag: 8.00 - 12.30.

