

Frisklivsresept

Navn:	
Adresse:	Postnr/sted:
Telefon:	Yrke:
Personnummer:	Epost:

1. Henvisningsårsak:

Fysisk aktivitet Kosthold Snus-/røykeslutt Psykisk helse Søvn

2. Begrunnelse for henvisningen (flere grunner kan oppgis):

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Muskel- og skjelettplager | <input type="checkbox"/> Depresjon/ angst |
| <input type="checkbox"/> Overvekt | <input type="checkbox"/> Utbrenthet/ slitenhet |
| <input type="checkbox"/> Hjerte/ kar | <input type="checkbox"/> Diabetes II |
| <input type="checkbox"/> Inaktivitet | <input type="checkbox"/> Kols |

Annet:

3. Andre viktige / nyttige opplysninger:.....

.....

.....

4. Er fysisk aktivitet (mht. styrketrening og/eller intervalltrening) kontraindisert?

5. Eventuelle begrensninger:.....

6. Er personen motivert for livsstilsendring? Ja Nei Ambivalent

7. Er personen sykmeldt? Ja Nei Grad:

Dato:.....Henvist av:.....

Henviseres arbeidssted:..... Henvisers telefonnr:.....

Fastlege/Legesenter:.....

Sendes til: Frisklivssentralen Vestre Toten kommune, Severin Olsensv.15, 2830 Raufoss

