



Frisklivsresept

Prosedyre for henvisning:

Ved introduksjon til frisklivsresepten må følgende inklusjonskriterier oppfylles:

- Bruker er bosatt i Bærum kommune
- Bruker kan gå sammenhengende i 20 minutter i eget tempo uten hjelpemidler
- Bruker har ut fra et helsemessig perspektiv behov for og ønske om å få støtte og motivasjon til å endre livsstil og mestrehelseutfordringer, innenfor områdene fysisk aktivitet, kosthold, tobakk og søvn.

Dersom alle boksene kan krysses av, fylles resepten ut og sendes til Frisklivssenteret.

Gi gjerne pasienten en kopi av frisklivsresepten dere har fylt ut.

Når resepten er registrert hos Frisklivssenteret vil vi avtale tidspunkt for en motiverende oppstartsamtale. Etter avsluttet reseptperiode (etter 12 uker) utarbeides en rapport fra frisklivsperioden som sendes fastlege.

**Bærum helse og friskliv
v/Frisklivssenteret**

**Bærum Kommune
Løkketangen 10 B
1337 Sandvika**

Tlf.: 97 40 27 98

frisklivssenteret@baerum.kommune.no

www.baerum.kommune.no

Bærum
**helse og
friskliv**



**BÆRUM
KOMMUNE**