

Skjema for deltakelse ved FLS

Frisklivssentralen skal fremme fysisk og psykisk helse og forebygge eller begrense utvikling av sykdom. Frisklivssentralen gir tilbud til personer som har økt risiko for, eller allerede har utviklet, sykdom, og som har behov for hjelp til å endre levevaner for å mestre helseutfordringer.

Det er viktig at opplysningene som blir gitt i skjemaet er korrekte for å sikre faglig forsvarlig oppfølging av den enkelte deltaker. *Du må ha bostedsadresse i Bergen kommune!*

Alle opplysninger i skjemaet vil bli behandlet konfidensielt.
Som helsetjeneste har Frisklivs- og mestringssenteret journalplikt.

Se nettside for kursplan og kursavgift.

Med vennlig hilsen
Frisklivssentralen i Bergen



Ta kontakt eller se vår nettside for mer info:

Telefon: 53 03 53 80, 408 19 922

Adresse: Damsgårdsveien 40, 5058 Bergen

E-post : frisklivogmestring@bergen.kommune.no

Internett: www.bergen.kommune.no/omkommunen/avdelinger/frisklivsog-mestringssenter

Facebook: frisklivssentralen i Bergen

Telefon: 53 03 53 80 **E-post:** frisklivogmestring@bergen.kommune.no

Adresse: Damsgårdsveien 40, 5058 Bergen

Skjema for deltakelse ved FLS

Navn: _____ Fødselsnr (11 siffer): _____

Adresse: _____ Postnr: _____

E-post: _____ Mobilnummer: _____

Hvor har du hørt om oss?

Hvilke oppfølgingstilbud er aktuelle for deg? (du kan sette flere kryss)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Kostholds kurs | <input type="checkbox"/> Hverdagsglede* |
| <input type="checkbox"/> Søvnkurs | <input type="checkbox"/> Fysisk aktivitet |
| <input type="checkbox"/> Seniorkurs 65 + år | <input type="checkbox"/> Røyke/snuseslutt-kurs |
| <input type="checkbox"/> Kurs i mestring av belastning (KIB) | <input type="checkbox"/> Mestringskurset Tankevirus* |
| <input type="checkbox"/> Individuell oppfølging | |

**Hverdagsglede og Tankevirus tilbys som digitale kurs.*

Har du spesielle utfordringer som vi bør vite om (fysiske/psykiske plager)?

Hvilke mål har du for deltakelse?

Dato: _____

Underskrift: _____

*Takk for din henvendelse og velkommen til oss!
Du hører fra oss innen 4-6 uker.*

Telefon: 53 03 53 80 E-post: frisklivogmestring@bergen.kommune.no

Adresse: Damsgårdsveien 40, 5058 Bergen