Sundhedstilbud til dig

Sundhedssamtale

Tilbud om samtale med fokus på sundhed og trivsel

Lær at tackle - forløb

Kurser til at lære at tackle forskellige sygdomsrelaterede problematikker både som patient og pårørende

Til dig med...

Målrettede tilbud til dig med fx KOL, kræft, type 2-diabetes eller stress.

Alkohol

Har du et overforbrug eller misbrug af alkohol eller stoffer, kan du få vejledning og behandling. Pårørende, børn og unge kan også få hjælp.

Ryge og nikotinstop

Vil du vinde over smøgerne og nikotinen? Vi har et gratis tilbud, der kan hjælpe dig til at knække tobaksvanerne

Stress

Se stressen i øjnene og søg hjælp til at håndtere den.

Tag dit blodtryk

Lån en blodtryksmåler kvit og frit.

Informationsportal - Helpii.dk

Her finder du information og vejledning omhandlende inkontinensproblematikker og forebyggelse af fald, samt øvelsesprogrammer