

Behöver du hjälp med att ändra dina levnadsvanor?

Välkommen att boka tid hos FYSSforums

# LIVSSTILSMOTTAGNING

Detta kan ingå:

Kartläggning av förändringsområden

Kroppssammansättningsmätning

Motivationsanalys

Hjälp med målformulering

Rådgivning kring strategier

Stöd vid kostförändring

Stöd för att hantera stress

Lots till lämplig fysisk aktivitet

Praktiska övningar/träning



**PRIS: 650 kr**

Enstaka besök eller långvarig kontakt, allt efter önskemål och behov.

Rådgivare är leg fysioterapeut med vidareutbildning inom livsstilsfrågor, överviktsbehandling och stressrelaterad ohälsa.

Bokning på 08-641 82 00 eller [info@fyssforum.se](mailto:info@fyssforum.se)

**FYSSforum Stockholm AB**

Fysioterapi, friskvård & träning

Mariatorget 5

118 48 STOCKHOLM

[www.fyssforum.se](http://www.fyssforum.se)