

Hyvinvointia elintavoilla

Pohteen maksuttoman

etäelintapaohjauksen palvelupolku



Yksilöllisen palvelumuodon valinta yhdessä ammattilaisen kanssa

Elintapaohjauksessa voidaan tunnistaa tarve lääkehoidolle tai lihavuusleikkaukselle. Myös näissä tapauksissa elintapaohjaus on tärkeä tuki.

Monialainen työryhmä tuen tarpeen mukaan:
Fysioterapeutti
Ravitsemusterapeutti
Lääkäri

Palvelumuodot

Yksilöohjaus

Elintaparyhmät

Liikuntaneuvonta

Itsehoitovalmennukset

Reittis kohti hyvinvointia -verkkosivusto

Elintapamuutokset
Hyvinvoinnin lisääntyminen
Kansansairauksien ennaltaehkäisy ja hoito

Ammattilaisen ohjaamana

Itsenäinen ohjautuminen


TERVEYSKYLÄ.FI
Hyvinvointia elintavoilla -digihoitopolku

Yhteistyössä kuntien, järjestöjen ja Pohteen sote-palveluiden kanssa

 Mielenterveystalo.fi

 Euroopan unionin rahoittama
NextGenerationEU