

Fysisk aktivitet på Recept, FaR®

- så här arbetar vi i Uppsala län



Foto: Bildbyrån

Legitimerad personal inom vården förskriver FaR®. Erbjudande om Friskvårdslotsning.

Friskvårdslotsen



Hälsopedagoger hjälper till att hitta lämplig aktivitet samt ger motivationsstöd via telefon.



Foto: Bildbyrån

Träning på egen hand eller hos förening/ träningsanläggning/ patientförening till ordinarie avgifter.

För mer information kontakta:

- Din vårdcentral/ ditt sjukhus
- Friskvårdslotsarna, 018-27 70 22, friskvardslotsen@uppland.rf.se
- Aktivitetskatalog, www.friskvardslotsen.se