

1. Frisklivssentralen i Saltdal.

Frisklivssentralen er en helsefremmende og forebyggende kommunal helsetjeneste. Målgruppen er personer med sykdom eller økt risiko for sykdom, og som trenger støtte til å endre levevaner og mestre helseutfordringer. Tilbudet kan være aktuelt både som forebygging, begrense utvikling av sykdom og som del av et behandlings- og/eller rehabiliteringsforløp. Frisklivssentralen samarbeider med psykisk helsetjeneste, fysioterapitjenesten og Friskliv. Frisklivssentralen mottar forespørsler fra brukere og henvisninger fra samarbeidspartnere og utfører motiverende intervju med brukerne.

Tilbudene er:

- Motiverende intervju
- Gågruppe i FKSK arena
- Aktivitet med veiledning i grupper
- Søvn, mat og KID-kurs (lettere depresjon)
- Hverdagsgledekurs utredes i 2022