

Hälsocoach online

Stärk din hälsa och må bättre i vardagen



”Bara beslutet att träffa hälsocoachen gjorde att jag kom igång med både träning och sundare mathållning.”

För dig som vill komma igång och röra på dig, sluta röka eller snusa, äta hälsosammare eller förändra dina alkoholvanor.

Med en egen hälsocoach, som du träffar via videomöten i mobil/surfplatta, tar du steget mot hälsosammare levnadsvanor – på dina villkor.

Vårt bästa hälsotips – ladda ner appen Mitt vårdmöte och boka tid.
Vi ses i appen!

vgregion.se/halsocoach

