

Så här tänker jag kring min hälsa

Vägen till hälsosamma val

Region Skåne, Kunskapscentrum, kvragsvaror och sjukomsprevention, 2020. Bild: Scandinavian Simple.



Min hälsoplan

Mina friskfaktorer:

Vad behöver jag?

Mål:

Uppföljning:

Hur ska jag göra?

Vinster:

