**Здравствуйте!**

# Добро пожаловать на беседу о вашем здоровье!

En bild som visar hjärta, Magenta, Grafik, rosa

Automatiskt genererad beskrivningДля своего здоровья вы можете сделать многое. Если вы будете придерживаться полезных для здоровья привычек, вы сможете сами снизить риск инфаркта, инсульта, рака и диабета. Беседа о здоровье может быть полезной независимо от того, чувствуете ли вы себя абсолютно здоровым или у вас есть какое-либо заболевание. В ходе беседы вам также дадут советы и предоставят поддержку для улучшения здоровья, для того чтобы вы могли чувствовать себя как можно лучше.

## Беседа о здоровье в районной поликлинике для лиц от 50 до 59 лет

Найти мотивацию и время для развития здоровых привычек может быть непросто. Поэтому вам предлагается поучаствовать в беседе  
о здоровье, сдать анализы и провести измерения в вашей районной поликлинике. Беседа будет строиться вокруг вас, ваших привычек и предпосылок. В ходе беседы вам предложат советы и поддержку исходя из вашей жизненной ситуации.

Беседа о здоровье проводится бесплатно и занимает около часа. За основу беседы о здоровье возьмут результаты ваших анализов и измерений, а также ответы на вопросы о вашем здоровье.

*Информацию о том, как проходит беседа о здоровье, см. на обороте*

**Как проходит беседа о здоровье:**

1. Мы позвоним вам ………………………………………………..

В ходе телефонного разговора вы получите дополнительную информацию по поводу беседы о здоровье и сможете задать свои вопросы. Если вы будете согласны на участие в беседе   
о здоровье, мы забронируем время. Если мы не дозвонимся   
до вас, мы перезвоним повторно.

Вам не подходит день, когда мы собираемся позвонить? Позвоните по тел. ……....

*Вам сложно говорить по-шведски? Попросите кого-то, кто владеет шведским языком, быть рядом с вами во время телефонного разговора!*

1. Перед беседой о здоровье вам нужно будет ответить  
   на несколько вопросов о вашем здоровье и привычках.
2. Не позднее, чем за одну неделю до беседы о здоровье, вам будет необходимо сдать анализ крови. Анализ крови сдается натощак.
3. Беседу о здоровье проводят специально обученные медработники поликлиники. В ходе визита они измерят ваше давление, вес, рос, обхват талии, и вы обсудите ваше здоровье и привычки.
4. Вы сами решаете, нужны ли вам советы и поддержка для того, чтобы что-то изменить.

Добро пожаловать!