**Здравствуйте!**

# Добро пожаловать на беседу о вашем здоровье!

Для 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!