

Et Liv i Balance

Vægttabsforløb med medicin og støtte til sundere vaner

Lever du med svær overvægt, og ønsker du hjælp til at tabe dig og få mere overskud i hverdagen? Så kan forløbet Et Liv i Balance være noget for dig.

REGION SJÆLLAND
SJÆLLANDS UNIVERSITETSHOSPITAL



-vi er til for dig



lollandkommune

Et Liv i Balance er et gratis 2-årigt vægttabsforløb

Ca. 100 borgere i Lolland Kommune får mulighed for at deltage i forløbet Et Liv i Balance, der kombinerer vægttabsmedicin med støtte til varige livsstilsændringer gennem individuel vejledning og gruppefællesskaber.

Forløbet omfatter:

- Vægttabsmedicin og konsultationer i sundhedsklinikken i Nakskov.
- Løbende individuel vejledning og holdundervisning i kost, bevægelse og vaner.
- Gruppeaktiviteter med fokus på at skabe netværk og fællesskab.

Målet er en varig forbedring af både den fysiske sundhed og den generelle livskvalitet.

For at blive taget i betragtning til at deltage, skal du:

- Være 30-59 år og bo i Lolland Kommune.
- Have et BMI på 35 eller derover og én eller flere følgesygdomme.
- Være i job eller i et beskæftigelsesforløb via jobcenteret.

Bemærk: Pladserne vil blive fordelt efter en vurdering af den enkeltes situation og en personlig samtale.

Læs mere, og udfyld en formular, på: redcap.link/etlivibalance



Et Liv i Balance er udviklet i samarbejde mellem Lolland Kommune, Sjællands Universitetshospital, Novo Nordisk Danmark, Den Sociale Kapitalfond og Fonden for Innovation og Erhvervssamarbejde i Region Sjælland.