

Få en gratis vejleder til ny livsstil

Det er lettere, når du får hjælp



Du starter med en personlig samtale med din vejleder. Efterfølgende foregår alt online via din smartphone, tablet eller computer.



Lider du af fx. diabetes, stress, har en hjertelidelse, et for højt alkoholforbrug eller KOL? Eller er du overvægtig eller storryger? Nu tilbyder Billund Kommune dig en **gratis personlig vejleder**, som kan hjælpe dig med at lykkes med en ny sund livsstil.

Du kan være i gang på et øjeblik:

1

**Tilmeld dig på
Billund.liva-app.dk**

eller ring til os på 72 13 16 69
hverdage fra kl. 8-10.

2

**Download
app'en** enten i
Apple App Store
eller Google
Play Store.



3

**Du får nu din egen,
personlige vejleder,**
der følger og hjælper dig.

NB: Tilbuddet gælder kun, hvis du bor i Billund Kommune. Kommunen arbejder for at flere med livsstilsygdomme får den rigtige, personlige og professionelle hjælp for at lykkes med en ny livsstil.

Læs mere på Billund.liva-app.dk