

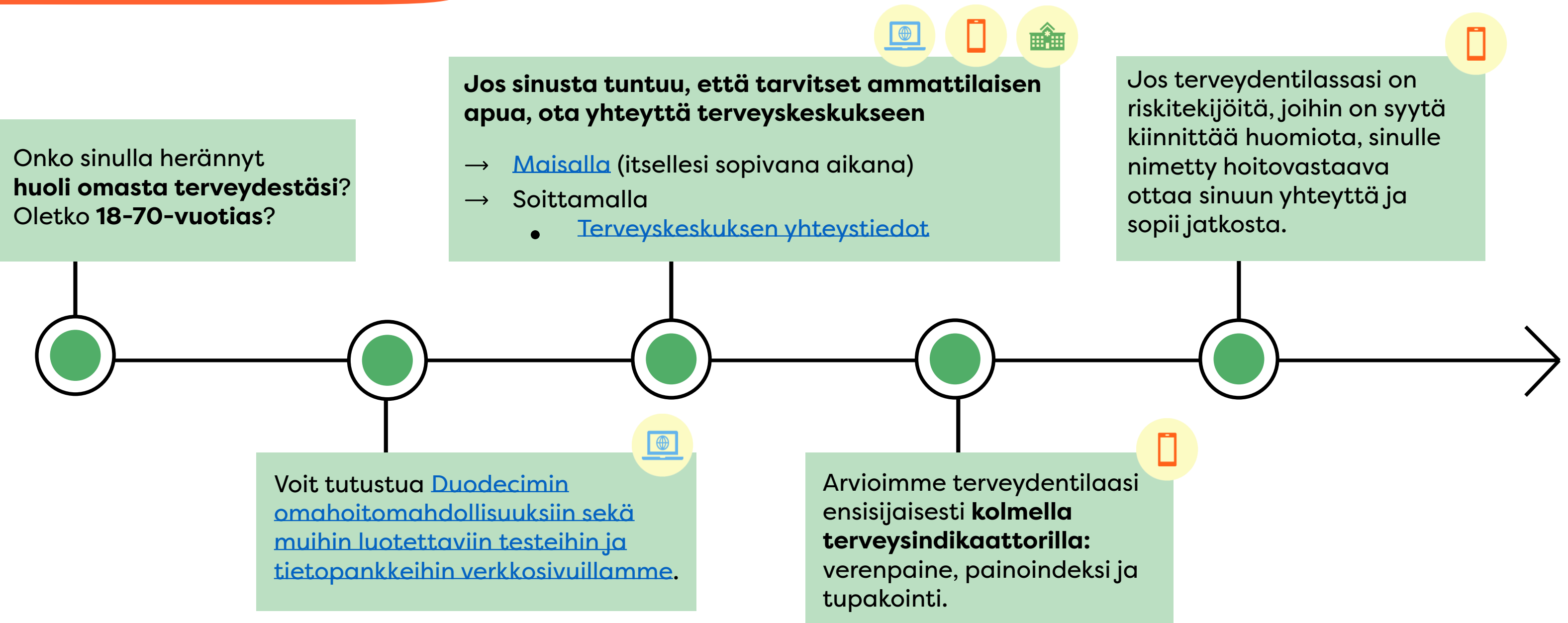
# Elintapamuutosten palvelupolku

Oletko 18-70-vuotias? Tupakoitko? Onko sinulla ylipainoa tai korkea verenpaine? Oletko kiinnostunut elämäntapamuutoksesta? Tässä voit tutustua palveluihimme, joilla voimme sinua auttaa.



# Ota yhteyttä

 Takaisin alkuun



## Yhteydenottokanavat:



= Verkkopalvelut



= Puhelin



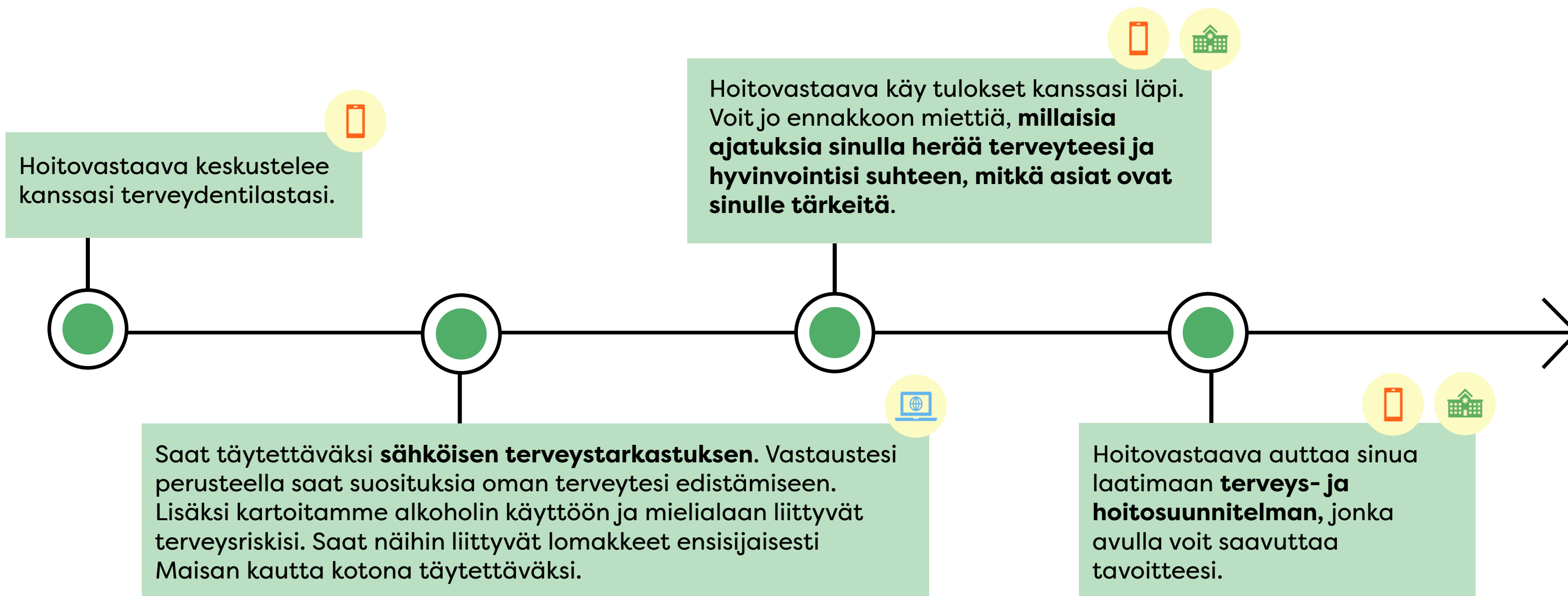
= Terveyskeskus

Edellinen

Seuraava

# Kartoitus ja muutoksen suunnittelu

 Takaisin alkuun



## Yhteydenottokanavat:



= Verkkopalvelut



= Puhelin



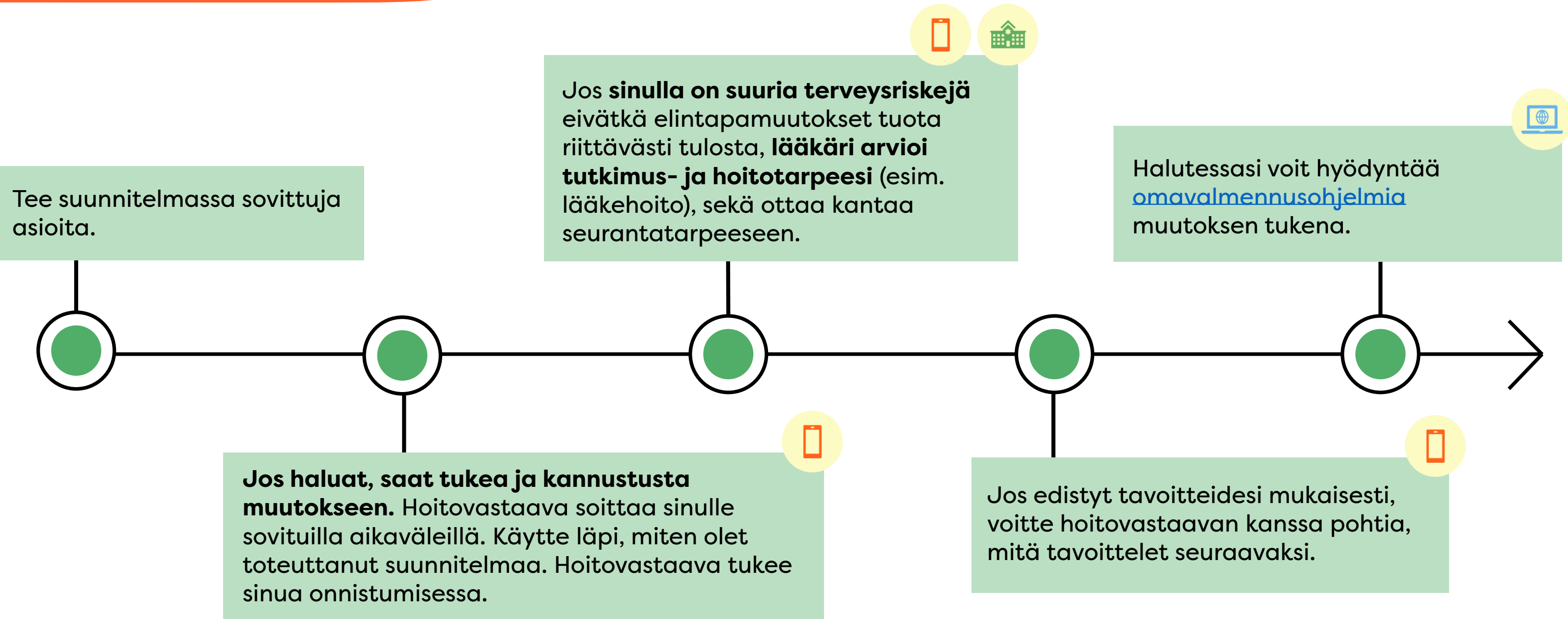
= Terveyskeskus

Edellinen

Seuraava

# Muutoksen toteutus

 Takaisin alkuun



## Yhteydenottokanavat:



= Verkkopalvelut



= Puhelin



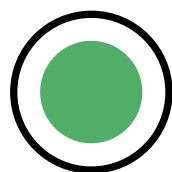
= Terveyskeskus

Edellinen

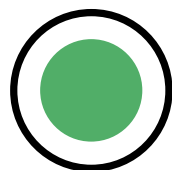
Seuraava

# Palvelun jälkeen

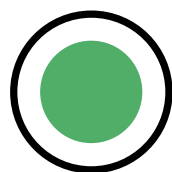
 Takaisin alkuun



Hoitovastaava on edelleen tukenasi. Voit olla häneen yhteydessä kaikissa terveyteesi liittyvissä kysymyksissä.



Jos sait lisäksi lääkärin laatiman seurantasuunnitelman, toteuta sitä.



[Omavalmennusohjelmat](#) ovat käytössäsi edelleen.

**Tutustu palvelutarjontaan  
Kauniaisten verkkosivuilla**



Edellinen

Seuraava