

Vård och hälsa

Vård och hälsa är Västra Götalandsregionens app för digitala vårdmöten. Om du bokar ett nybesök behöver du ladda ner appen Vård och hälsa eller gå in via webbläsaren.

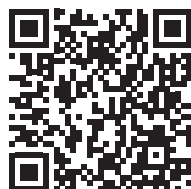
För att ha ett videomöte behöver du ha tillgång till:

- Smartphone eller surfplatta
- Dator med kamera och mikrofon som fungerar
- Internetuppkoppling
- E-legitimation (exempelvis BankID)

Det är bra om du kan sitta på en lugn avskild plats där du inte blir störd. Hörlurar med mikrofon (headset) ger bra ljudkvalitet både för dig och hälsocoachen.

**Ta första steget mot en friskare vardag
- boka din hälsocoach idag!**

QR-kod till: <https://vardochhalsa.vgregion.se/home-login>



**Vill du må bättre? Vi hjälper dig
– helt kostnadsfritt!**

Hälsocoach online

**– din personliga coach för rörelse, mat,
alkohol, nikotin och tobaksvanor**



