



**SUNDHETS  
BOLAGET**

VI HJÄLPER DIG HELA VÄGEN...

Med lång erfarenhet och på vetenskaplig grund hjälper vi företag  
och människor hela vägen i mål!

A black and white photograph of two people cross-country skiing on a snowy mountain slope. The skier in the foreground is on the left, wearing a light-colored jacket and dark pants, leaning forward with poles planted in the snow. The second skier is further up the slope on the right, also in similar gear. The background shows a vast, snow-covered mountain range under a cloudy sky.

## HÄLSA OCH VÄLMÅENDE

Vid vår läkarmottagning utfärdar vi intyg och kontrollerar din hälsa.

## IDROTT OCH MOTION

Hos oss får du hjälp att utveckla din prestation och övervinna dina skador.

## SUNDA FÖRETAG

Vi hjälper företag att må bra genom att utveckla tydliga strukturer och smidiga arbetssätt.

## Idrotts- och motionsskador

Till vår läkarmottagning kan du komma om du har fått skador som hindrar dig från att genomföra dina tränings-/motionsaktiviteter. När du kommer till oss får du träffa vår läkare Johan. Vi diagnostiserar, behandlar och rehabiliterar motions- och idrottsskador. Vi arbetar även förebyggande genom tester, träningsupplägg och kostråd.

## Hälsokontroller

På vår läkarmottagning kan du kontrollera ditt hälsoläge. Sundhetsbolaget erbjuder två varianter av hälsokontroller.

I den **lilla hälsokontrollen** ingår kontroll av blodtryck, puls, vikt, midjemått, syntest, blodvärde (Hb), Hälsformulär, medicinsk utvärdering av resultatet och målsättning för bättre hälsa.

I den **stora hälsokontrollen** ingår kontroll av blodtryck, puls, EKG, vikt, midjemått, syntest, blodvärde (Hb), blodsocker, lungfunktionstest (spirometri), syremättnad i blodet, hälsformulär, medicinsk utvärdering av resultatet och målsättning för bättre hälsa.

## Intyg

Sundhetsbolaget hjälper dig när du behöver intyga din hälsa.

Exempel på intyg som vi hjälper dig med är:

- Lagstadgade intyg i yrkeslivet
- Friskintyg för utbildning/arbete i Sverige och utomlands
- Körkortintyg



## Medicinsk rådgivning

Har du frågor om din eller din omgivnings hälsa och välmående kan du få hjälp att reda ut detta genom att besöka eller ringa oss. Exempel på sådana frågor:

- genomgång av journaler
- diskussion om diagnoser och läkemedel
- frågeställningar hur du kommer vidare inom sjukvården
- ohälsa på arbetsplatsen

## Utbildning/föreläsning

Inom Sundhetsbolaget har vi en bred kompetens inom allmänmedicin, företagshälsovård och idrottsmedicin. Vi har även kompetens inom området organisation, ledarskap, medarbetarskap och arbetsmiljö. Dessa kunskaper förmedlar vi gärna till andra.

Vi skräddarsyr föreläsningar och utbildningar efter dina behov.

## Om oss

Hos Sundhetsbolaget träffar du Johan som är specialist i allmänmedicin, företagsläkare och med idrottsmedicinsk utbildning. Han tar hand om dig och ger dig förutsättningar för att skapa sunda vanor.

Du träffar också RosMarie som arbetar för att skapa sunda företag. Målsättningen för oss är att ditt företag ska ha en bra struktur och smidiga arbetsätt som gör vardagen lite enklare, ger bättre kvalitet och gör arbetsmiljön sund och engagerande.



## JOHAN LUNDQVIST

specialist i allmänmedicin, idrottsmedicin  
samt företagsläkare



## ROSMARIE LUNDQVIST

konsult, organisations- och  
verksamhetsutveckling



CERTIFIERAD  
SPECIALIST LEDNINGSSYSTEM



# SUNDHETS BOLAGET

IDROTTS- OCH MOTIONSSKADEMOTTAGNING

**SUNDHETS BOLAGET:** KVARTERET BRYGGERIET, PRÄSTGATAN 40, 713 31 NORA

**TELEFONNR:** 0587-481 050

**E-POST:** INFO@SUNDHETSBOLAGET.SE

**HEMSIDA:** SUNDHETSBOLAGET.SE