



Regine Frisch:

Klinisk sosionom,
familieterapeut,
Fibromyalgia Advisor,
lever med fibromyalgi



Laila Grindeland:

Naprapat,
sykepleier,
NLP Coach, PT,
mediyoga instruktør



Hege Tønnesen:

Lege,
spesialist i
allmennmedisin,
fagansvarlig for
klinikken.

*«Jeg ønsket meg ofte et
sted å henvende meg,
som kunne se hele meg,
gi meg håp og gi meg
verktøy og behandling
som gjorde at jeg
kunne leve godt med
fibromyalgi. Det er
dette vi i FibroFokus
ønsker å gi deg!»
-Regine*

Kontakt informasjon:

Telefon: 486 29 400

Email: hei@fibrofokus.no

Web: www.fibrofokus.no

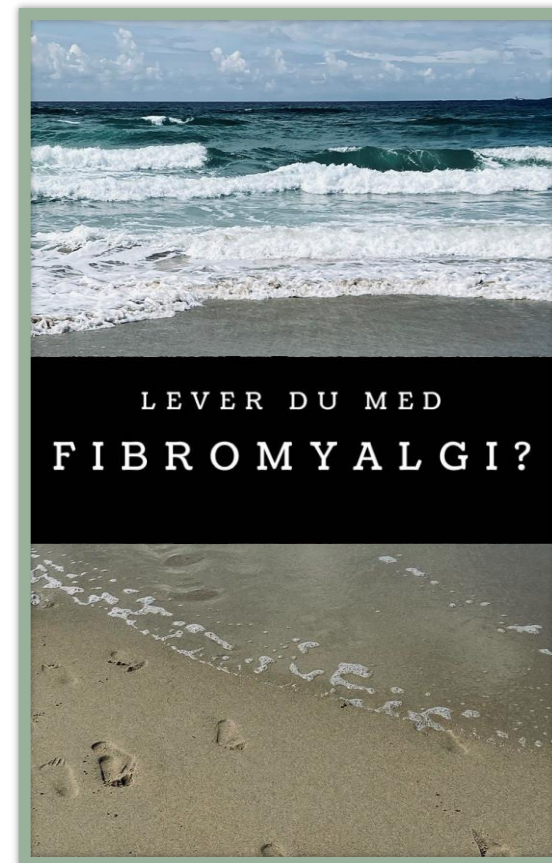
Facebook: facebook.com/fibrofokus

Instagram:

instagram.com/fibrofokus

Besøksadresse:

Straume Helsehus (2.etg.)
Sartorvegen 8, 5353 Straume



FibroFokus

Klinikk for deg med fibromyalgi

En varig livsendring

Når alt føles håpløst skal Fibrofokus klinikken være det første steget på veien til varig livsendring. Vi hjelper hver enkelt med å navigere i fibromyalgihverdagen. Vi lytter og forstår – og respekterer at det som fungerer for noen, ikke nødvendigvis fungerer for alle. Sammen finner vi det som fungerer for deg.

Fibrofokus er en metode som fungerer.

Vi har oppdatert faglig kunnskap om fibromyalgi, egenerfaring i hvordan er å leve med fibromyalgi og jobber tverrfaglig.

Vi tilbyr:

En oversikt over hvordan de ulike symptomene ved fibromyalgi påvirker deg og din livssituasjon.

Strever du med dårlig søvn, smerter i kroppen, lite energi eller har vanskeligheter med å samle tankene dine? Vi kartlegger dine fibromyalgisymptomer og sammen utforsker vi hvordan du kan leve bedre med dem.

Innholdet i behandlingen er helt individuell og er persontilpasset. Det er deg og ditt behov som er i fokus, og derfor vil styre hva videre behandling vil inneholde. Vi har god kjennskap og erfaring vedrørende samarbeid med NAV og din fastlege.

God livskvalitet

FibroFokus er opptatt av at du skal ha god livskvalitet og et godt liv selv om du er kronisk syk.

FibroFokus kombinerer forskningen med erfaring fra både behandlerperspektivet og pasientperspektivet - og det er mye som kan gjøres, slik at du opplever bedring og kan leve godt med sykdommen.

Følg oss på vår hjemmeside www.fibrofokus.no, [Facebook.com/fibrofokus](https://www.facebook.com/fibrofokus), [Instagram.com/fibrofokus](https://www.instagram.com/fibrofokus), og Epost: hei@fibrofokus.no

Her legges det ut forskning om fibromyalgi, tips og råd til deg som lever med fibromyalgi, tilbud om kurs og innblikk i hva som skjer hos oss i klinikken.

FibroFokus