



PRISLISTA

120101 -tillsvidare

Sessioner individuellt innefattar 50 min, om inte annat anges.

Kartläggning och mätning av fysiskt och psykiskt hälsoläge inklusive eventuella förslag på åtgärder. 1h 30min	1600 kr
Psykologutredning / behandling	1195 kr
Hälsosamtal inkl. Konditionstest alt. Avspänningsträning med bio -feedback	800 kr
Individuell coaching avseende fysiskt och psykiskt välmående och livsstilsfrågor som kost och motion.	800 kr
Studie- och yrkesvägledning	890 kr
Svensk Klassisk Massage	695 kr
Handledning av Leg. Psykolog	1400 kr
Studentpaket Karriär- och hälsosamtal (2 besök) Med Mecenatkort 15% rabatt!	1500 kr
<u>6 st besök hos Hälso- och idrottspedagog</u>	4400 kr

1. Kartläggning och skattning av *psykiskt* hälsoläge samt samtal kring livsstilen. (Psykolog bedömer ditt själsliga tillstånd)
2. Kartläggning och testning av *fysiskt* hälsoläge samt återkoppling av hemuppgift. Hemuppgift.
3. Samtal, återkoppling av hemuppgift samt påbörjande av handlingsplanen, SMART-plan. Hemuppgift.
4. Samtal, återkoppling av hemuppgift. Fortsatt arbete med SMART-planen. Hemuppgift.
5. Utvärdering genom skattning och mätning av psykiskt och fysiskt hälsoläge.
6. Färdigställande av påbörjad utvärdering av psykiskt och fysiskt hälsoläge samt diskutera avslut alternativt förlängning.

Adress

Hantverkargatan 33
803 23 GÄVLE

Telefon

026 - 10 16 00
0739 - 87 66 46

Webb

www.gavlepsykologmottagning.se

E-post

info@gavlepsykologmottagning.se
kristin@gavlepsykologmottagning.se