

Doktorgrad

# Frisklivssentraler og varig endring av helsevaner

Trening, slanking og røykeslutt – det er ikke så lett å få det til, selv når det virkelig trengs. Gro Beate Samdal har studert hva som virker når helsevaner skal endres.

## Doktorand

Gro Beate Samdal  
VID Vitenskapelige Høgskole, Fakultet for helsefag, Bergen

---

Doktorgrad

Frisklivssentraler

Helsevaner

## «Endring av helsevaner i primærhelsetjenesten»

[Les mer om avhandlingen her.](#)

Sykepleier og høyskolelærer Gro Beate Samdal har i sin avhandling sett på effekten av ulike aktivitets- og kostholdsintervensjoner på kort og lang sikt. Hun har spesielt evaluert frisklivssentralers tilbud for fysisk aktivitet og sammenlignet aktivitetsnivået over tid for grupper som fikk et slik tilbud og andre.

- Doktorand: Gro Beate Samdal
- Disputas: 12. mars 2019
- Utgått fra: Universitetet i Bergen

