

Lênêrîna tenduristiya derûnî ji bo penaberan

Ma hûn dixwazin bi kesekî/ê re bi axivin? Gelo gelek tişt di hişê we de hene ku hûn liser bihizrin / bifikitrin ,hûn westiyayî ne, stresdar in an jî xewa we ne baş e?

Em ji bo kesên ku temen/ jîyê wan ji 18 salî mezintir e û paşxaneya wan penaber e, sohbet û dan û standinên takekesî pêşkêş dikin.

Pêdivîya te bi rêferans û nameyek biştgîrîyê nîne. Erka me ya parastina nihênî /nepenîtiyê heye, xizmet bêpere ye, û em dikarin wergêrek bikar bînin di dema dîdar û sohbet û dan û standina da.

Çawa têkilî daynin:

Forma wergirtina dîjîtal: [Individuell oppfølging | Rask psykisk helse | Bærum kommune](#)
an :

Telefon: 40 40 59 04 rojên hefteyê ji 9 sibê heta 3 piştî nîvro **(09:00-15:00)**. Telefon bikin an jî SMS bişînin û em ê bi we re têkilî daynin.

Navnîşan: Salona Çandiniya Şaredariyê li Sandvika, **Arnold Haukelands plass 10.**

[Forebyggende psykisk helseteam for voksne | Helse og mestring | Bærum kommune](#)