

Daryeelka caafimaadka maskaxda ee qaxootiga

Ma rabtaa qof aad la hadasho? Wax badan maskaxdaada ma ku haysaa, ma daalan tahay, ma ku wareersan tahay ama ma hurdo kugu dhibaysaa?

Waxaan bixinaa wada hadal gaar ah oo loogu talagalay kuwa ka weyn 18 sano oo leh asal qaxooti.

Uma baahnid tixraac Waxaan nahay sir, adeeggu waa bilaash, waxaana isticmaali karnaa turjumaan.

Sidaas noo la so xiriir:

Foomka qaadashada dhijitaalka ah: [Individuell oppfølging](#) | [Rask psykisk helse](#) | [Bærum kommune](#)

ama

Telefoonka: 40 40 59 04 maalin kasta sc. 09 - 15. Na soo wac ama fariin no soo dir, anaga kula soo xariireyna

Ciwaanka : Kommunegården i Sandvika, Arnold Haukelands plass 10.

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