

Huduma ya afya ya akili kwa wakimbizi

Je! Unahitaji/unataka mtu wa kuongea naye? Je! Una mambo mengi unayoyafikiria? Je! Unajisikia kuwa umechoka?, Je! una msongo wa mawazo? Au unalala vibaya/haupati usingizi?

Tunatoa huduma ya mazungumzo ya kibinafsi kwa watu wote walio na umri zaidi ya miaka 18 na walio na asili ya ukimbizi/waliokuja kama wakimbizi .

Hauhitaji rufaa kushiriki hili. Tunafanya kazi kwa usiri, huduma ni bure, na tunaweza kutumia mkalimani.

Jinsi ya kuwasiliana:

Fomu ya kidijitali: [Individuell oppfølging | Rask psykisk helse | Bærum kommune](#)

Au

Piga simu namba: 40 40 59 04 kila siku kuanzia saa. 09 hadi saa 15. Au tutumie ujumbe(SMS) na kisha tutawasiliana na wewe.

Anuani/adresi: Kommunegården i Sandvika, Arnold Haukelands plass 10.

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