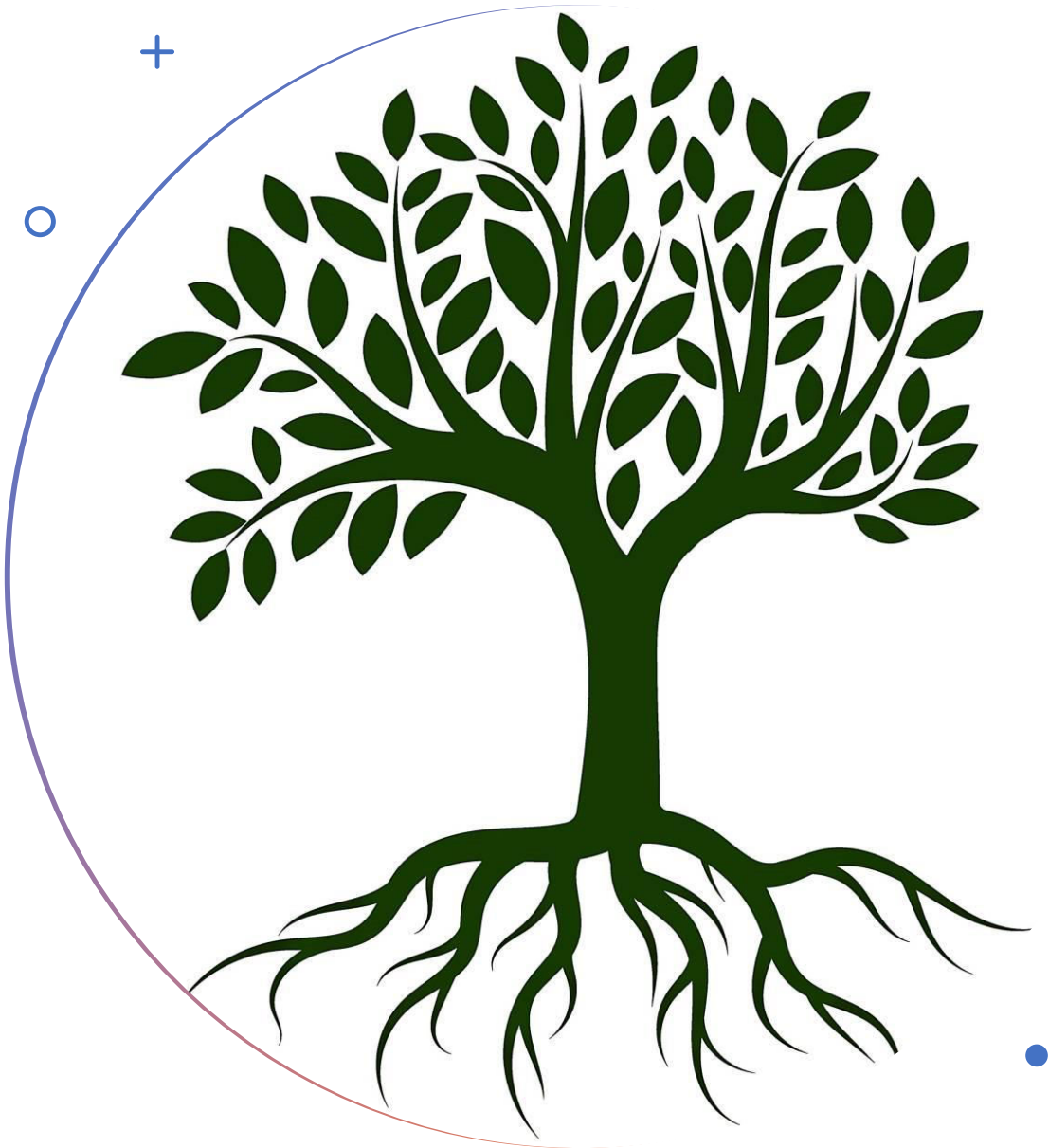


# Побудуй своє життя в новій країні





# Зміст

- Міграційний процес
- Здоров'я і стиль життя
- Фізичне та психологічне здоров'я
- Нове повсякдення в Норвегії
- Право на вільне та незалежне життя в Норвегії



# Основні правила

- Конфіденційність
- Пунктуальність
- Участь
- Повага
- Обов'язкове відвідування
- Чим більше питань, тим краще
- Не розмовляти з сусідом
- Обережність щодо особистої інформації
- Беззвучний режим телефону







Створено на основі дослідження Elisabeth Kübler-Ross

+

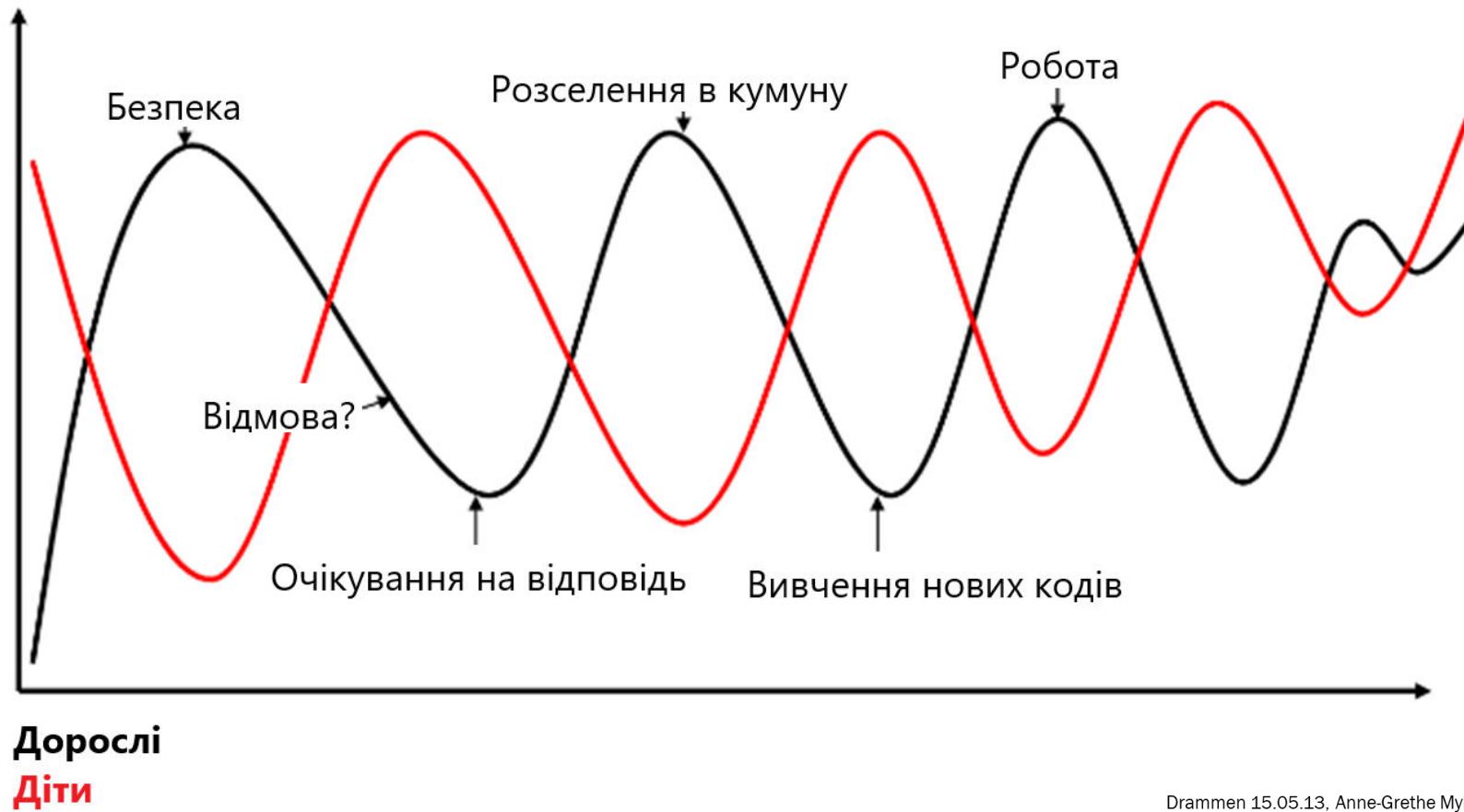
o

•

# Міграційний процес



## Міграційний процес: різниця діти - дорослі



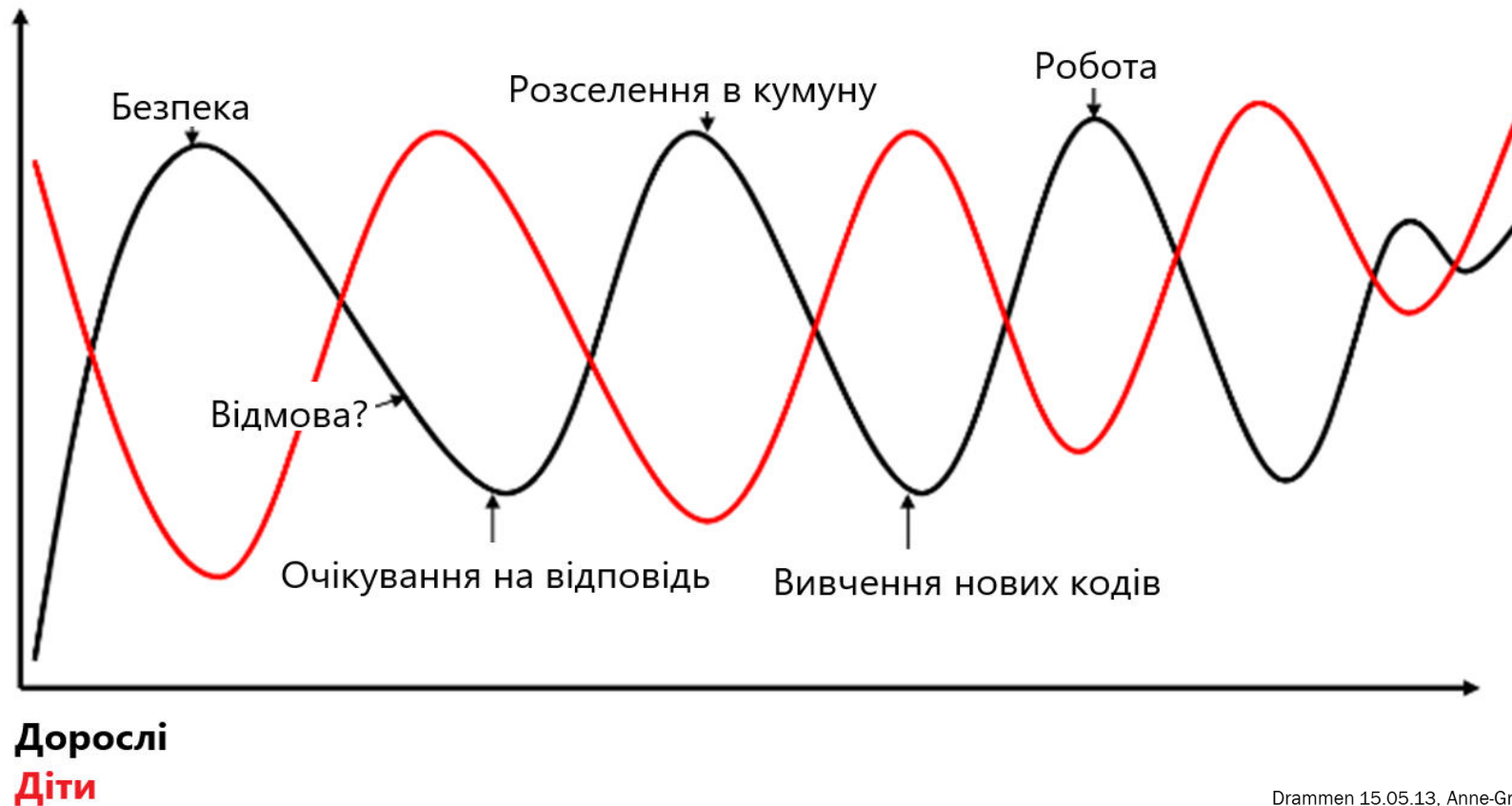
Drammen 15.05.13, Anne-Grethe Myklebust

# Приклад

- Мати з сином (14 років), дочкою (4 роки) та бабусею (65 років) – біженці в Норвегії. Бабуся намагається звикнути. Вона думає, що тут холодно і що вчити норвезьку важко. Мати розпочала вступну програму та вивчає норвезьку мову. Вона думає, що тут вони в безпеці, і рада, що вони можуть бути разом. Бабуся хоче повернутися до свого будинку, повернутися до місць, які вона знає. Мати не розуміє бабусю і стає нетерплячою: Хіба тепер не всі щасливі? Вони в безпеці та знову разом? Дочка пішла до дитячого садка з доброю мовною підтримкою та гарними ігровими групами. Вона добре адаптується. Її брат, з іншого боку, сумує за своїми друзями і знаходить шкільні будні дуже складними як через мову, так і через спілкування зі своїми новими однокласниками.



# Намалюй свій власний міграційний процес



Drammen 15.05.13, Anne-Grethe Myklebust

# Перерва

+

○

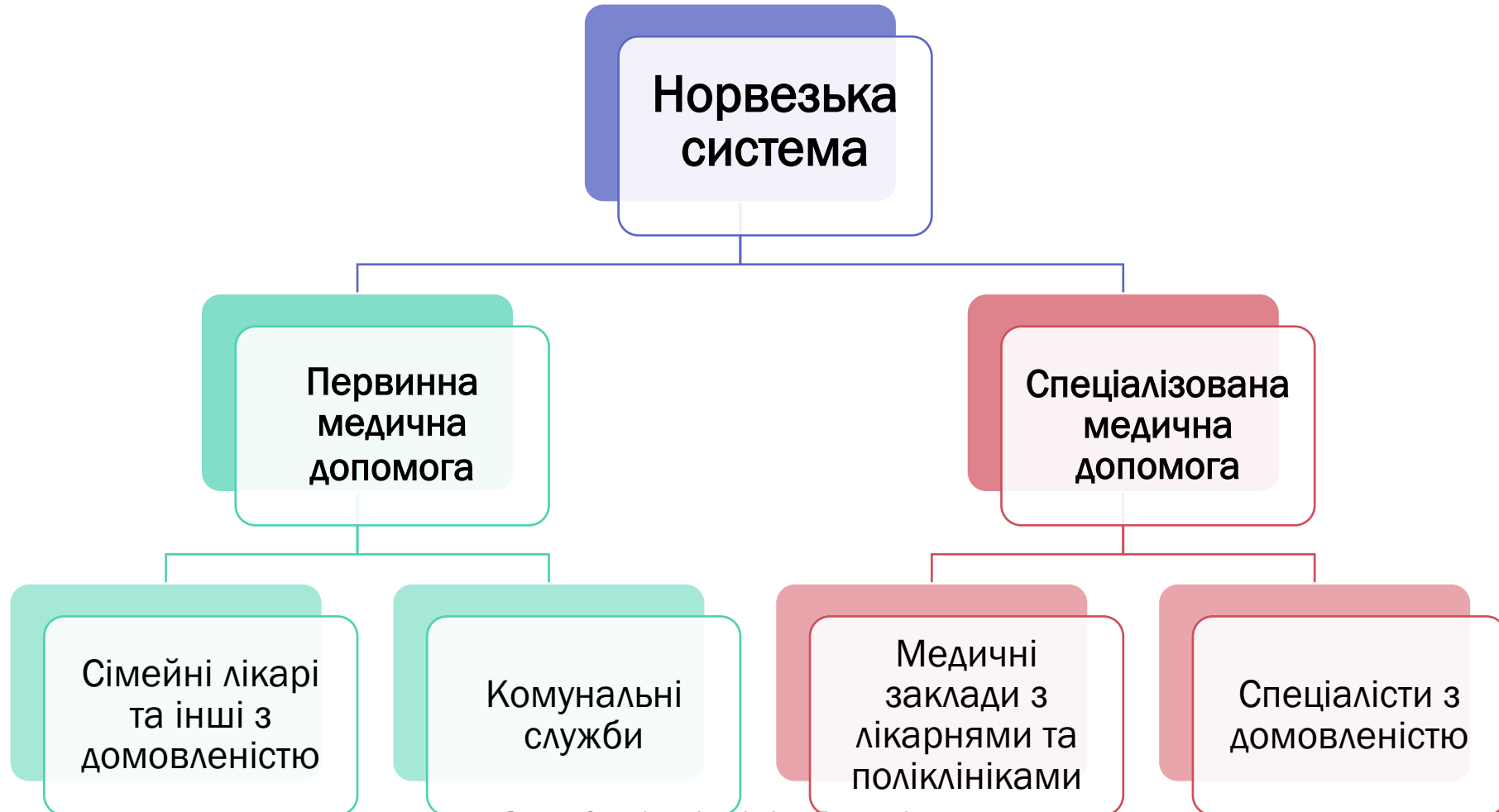
# Служби охорони здоров'я



# Служби охорони здоров'я

- **Завдання для обговорення:** Дівчинка (4 роки) у дитячому садку неспокійна та розсіяна. Хлопчик (14 років) не має друзів у школі та відчуває, що нічого не встигає. Матері потрібне навчання норвезької мови. Мати почувається самотньо і багато плаче. Батько та мати почали багато сваритися після того, як батько приїхав до Норвегії. Мати хоче зробити свій внесок у місцеве суспільство. Батька болить спина, і він не може спати. Мати та батько заговорили про розлучення.

# Система охорони здоров'я







**ПСИХІАТРИЧНИЙ ЦЕНТР ДЛЯ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ – 2-га лінія**



**СІМЕЙНИЙ ЛІКАР – 1-ша лінія**



**ЦЕНТР МІГРАЦІЙНОГО ЗДОРОВ'Я – 1-ша лінія**



**ВОЛОНТЕРСЬКІ ОРГАНІЗАЦІЇ**



**РЕЛІГІЙНІ СПІЛЬНОТИ**



Sender for migrasjonshelse, Bergen kommune

**ТУРБОТА ПРО СЕБЕ**



**Дякуємо за увагу!**