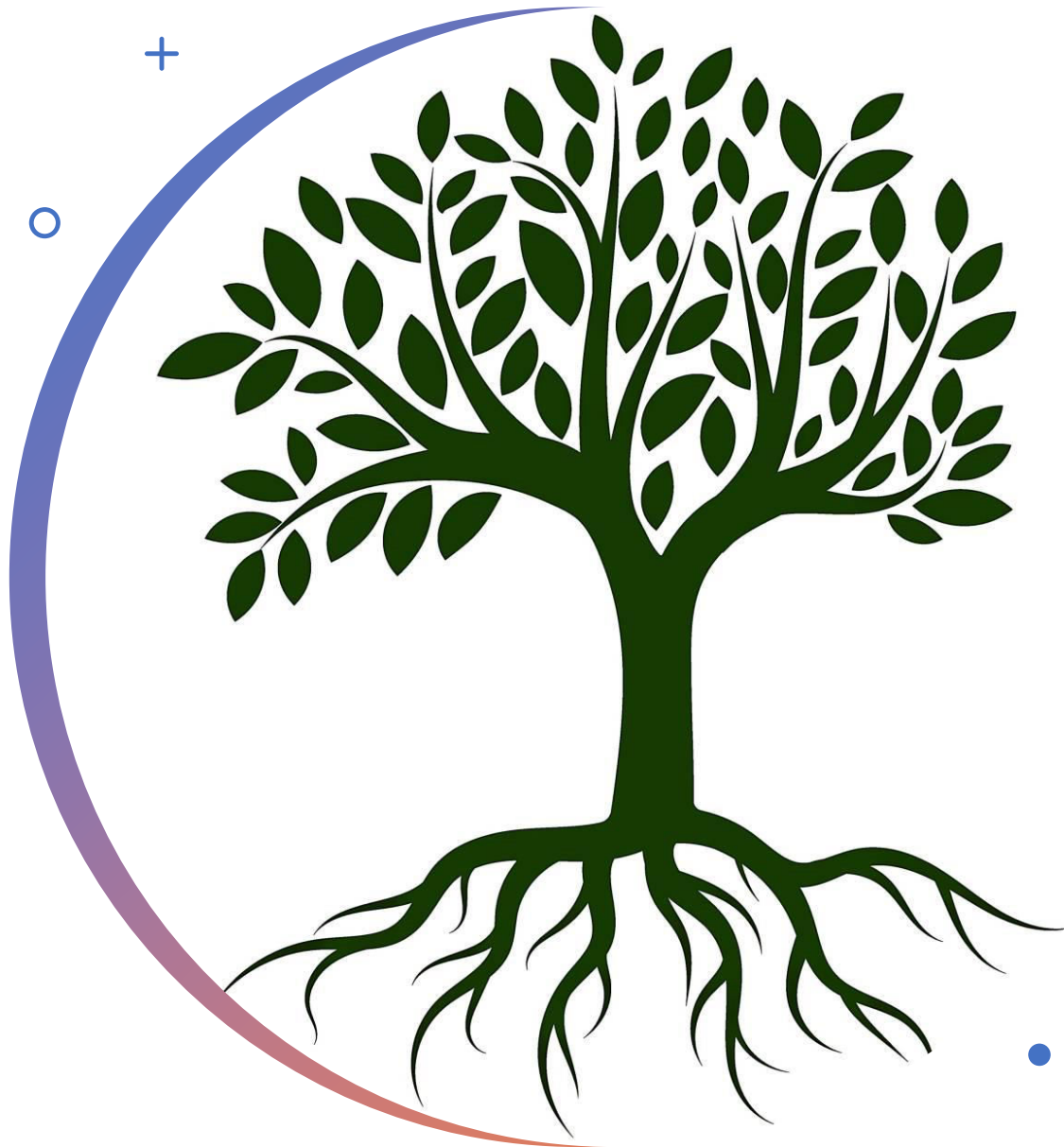


A large, stylized tree graphic in shades of blue and purple, with many leaves, serves as a background for the slide. The tree is positioned on the right side, with its trunk extending towards the bottom center.

Livsmestring: Migrasjon, helse og mangfold





Oversikt

- Migrasjonsprosessen
- Helse & livsstil
- Fysisk og psykisk helse
- Ny hverdag i Norge
- Retten til et fritt og selvstendig liv i Norge



Grunnregler

- Taushetsplikt
- Punktlighet
- Deltakelse
- Respekt
- Obligatorisk oppmøte
- Jo flere spørsmål, jo bedre
- Ikke snakk med sideman
- Vær obs på personlig informasjon
- Skru mobilen på lydløs

+

o

Ny hverdag i Norge





Senter for migrasjonshelse, Bergen kommune



Navn:



Navn:



Eksempler på ting som formerer vår personlige identitet

Kjønn

Nasjonalitet

Seksuell
legning

Politisk syn

Yrke

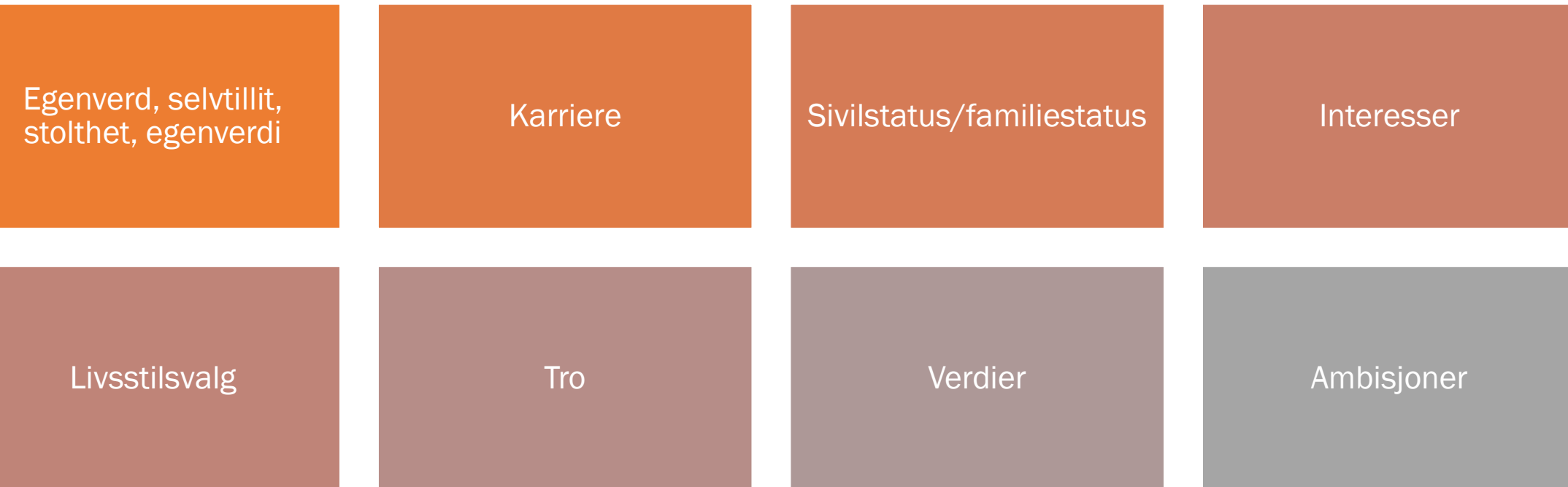
Interesser og
hobbyer

Sosial klasse

Verdier

Karaktertrekk

Deler av identiteten som kan endres





Navn:



PAUSE



Identitetsendring





Det er viktig å:

- vurdere hvilke aspekter av din personlighet og verdier du er eller ikke er forberedt på å ha endret
- prøve ut nye hobbyer
- lære et nytt språk
- treffe nye mennesker
- bli utsatt for nye ideer
- smake på ny mat
-



Senter for migrasjonshelse, Bergen kommune



+

•

○

Takk for i dag!