



Familjelotsen

ما به شما که والد یا یک بزرگسال دارای نقش مهم در زندگی کودک هستید، و برای کودکان و نوجوانانی که به حمایت نیاز دارند، خدمات ارائه می‌دهیم.

به Familjelotsen خوش آمدید!

Brokgränd 8A, 831 82 Östersund
063 - 14 40 57

با ما تماس بگیرید!

تلفن: 063 - 14 40 57

وبسایت: ostersund.se/familjelotsen

فیس‌بوک: Familjelotsen Östersund

اینستاگرام: familjelotsen ostersund

برنامه «Mitt val - mitt stöd» را دانلود کنید



Familjelotsen

Social- och arbetsmarknadsförvaltningen

Postgränd 8A, 831 82 Östersund

063 - 14 40 57

www.ostersund.se/familjelotsen



صحبت کردن با کسی خارج از محدوده خانواده می‌تواند دیدگاه‌های جدیدی ایجاد کند، اضطراب را کاهش دهد و مدیریت زندگی روزمره را آسان‌تر کند.

در Familjelotsen، شما فرصت دارید افکار و احساسات خود را به اشتراک بگذارید، راه‌حل‌های خود را پیدا کنید و احساس تعلق به گروه اجتماعی‌ای را داشته باشید که در موقعیت‌های مشابهی هستند.



حمایت از والدین و دیگر بزرگسالان مهم

گروه‌های والدین

با دیگران ملاقات کنید، تجربیات خود را به اشتراک بگذارید و دیدگاه‌های جدیدی را در یک گروه به دست آورید.

حمایت مشاوره‌ای فردی

در مورد مسائل مربوط به زندگی روزمره، روابط خانوادگی و والد بودن، حمایت دریافت کنید.

توصیه‌ها و اطلاعات

از طریق اپلیکیشن و رسانه‌های اجتماعی ما، توصیه‌ها و نکات الهام‌بخش را با شما به اشتراک می‌گذاریم.



حمایت از کودکان و نوجوانان

ما گروه‌های حمایتی را ارائه می‌دهیم که در آن کودکان می‌توانند تجربیات خود را با دیگران در موقعیت‌های مشابه به اشتراک بگذارند.

این گروه‌ها بر اساس نکات اشتراکی، درک متقابل و مشارکت کودکان تشکیل می‌شوند.

Fjärilen

برای کودکان 7 تا 17 ساله در خانواده‌هایی که کسی از نظر روانی بیمار است یا اعتیاد دارد.



Bubblan

برای کودکان 7 تا 12 ساله که والدینشان از هم جدا شده‌اند.



Trädet

برای کودکان 7 تا 17 ساله که در خانه‌های پرورشگاهی زندگی می‌کنند.



در این گروه‌ها، ما در مورد احساسات، روابط خانوادگی و چگونگی مدیریت موقعیت‌های دشوار در زندگی روزمره صحبت می‌کنیم. ما از گفتگو، بازی و تمرین‌های خلاقانه استفاده می‌کنیم - همه این فعالیت‌ها متناسب با سن و نیازهای کودکان تنظیم می‌شوند.

نحوه کارکرد

- شما به هیچ‌گونه ارجاعیه یا قرار صادره از سوی دیگر مراجع نیاز ندارید - مستقیماً با ما تماس بگیرید.
- خدمات ما داوطلبانه و رایگان است.
- ما بر اساس نیازهای شما حمایت و پشتیبانی خود را ارائه می‌دهیم.

