



اتصل بنا!

الهاتف: 063-144057

الويب: ostersund.se/familjelotsen

فيسبوك: Familjelotsen Östersund

إنستجرام: familjelotsen ostersund

حمّل تطبيق «Mitt val - mitt stöd»



إن محادثة أحد من خارج نطاق الأسرة من شأنه أن يمنح وجهات نظر جديدة ويقلل من القلق ويسر التعامل مع الحياة اليومية.

سُمنح لدى قسم الإرشاد الأسري فرصة تقاسم خواترك ومشاعرك والعثور على حلولك والشعور بالتواصل مع الآخرين الذين يمرون بمواقف مشابهة.

قسم الإرشاد الأسري

نحن هنا من أجلك بصفتك أحد الوالدين أو شخصاً بالغاً مهماً، ومن أجل الأطفال والشباب المحتاجين للدعم.

مرحباً بكم لدينا!

قسم الإرشاد الأسري
Social- och arbetsmarknadsförvaltningen
Postgränd 8A, 831 82 Östersund
063-144057
www.ostersund.se/familjelotsen



هكذا تسير الأمور

- لست بحاجة لأي إحالة طبية أو قرار من غيرنا - اتصل بنا مباشرةً
- علماً بأن الدعم طوعي ومجاني
- ننتقل من احتياجاتك ومواردك

دعم الأطفال والشباب

إننا نوفر مجموعات دعم يتقاسم الأطفال فيها خبراتهم مع آخرين في مواقف مماثلة. وتقوم هذه المجموعات على أساس روح الجماعة والتفاهم ومشاركة الأطفال.

الفراشة «Fjärilen»
للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 7 و 17 عاماً في الأسر المتعّبة أحد أفرادها نفسياً أو كان مدمناً.



الفقاعة «Bubblan»
للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 7 و 12 عاماً المنفصل والداهم.



الشجرة «Trädet»
للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 7 و 17 عاماً المقيمين لدى أسرة بديلة.



نتحدث في المجموعات عن المشاعر والعلاقات الأسرية وكيفية التعامل مع المواقف الصعبة في الحياة اليومية. نستخدم الحوار واللعب والتمارين الإبداعية - وكل ذلك بما يتناسب مع أعمار الأطفال واحتياجاتهم.

دعم أولياء الأمور وبقية البالغين المهمين

مجموعات أولياء الأمور الالتقاء بالآخرين وتقاسم الخبرات واكتساب وجهات نظر جديدة جماعياً.

دعم محادثة فردي تَلَقَّى الدعم في المسائل المتعلقة بالحياة اليومية والعلاقات الأسرية وممارسة دور الوالدين.

نصائح ومعلومات نتقاسم النصائح والإلهام من خلال تطبيقنا وقنواتنا على وسائل التواصل الاجتماعي.

