

«Dušše don»

...leat Dearvvašvuodadirektoráhta rávvagat rievdadit dearvvašvuodadábiid ja eallinvuogi. Kampánijas leat gávcci guovddášsuorggi ja psyhkalaš dearvvašvuolta lea okta dáin. Sis leat vihtta rávvaga dasa mo buoridit iežat psyhkalaš dearvvašvuoda.

Gáldu: Dearvvašvuodadirektoráhtta

Dáppe sáhtát oažžut veahki



Veahkketelefovdna:
116 123

Fáhkkaveahki:
113

2019 fáddá: «Atte áiggi»



Máilmmibeavvi fáttá mihttu dán jagi lea min buohkaid hásttuhit bidjat áiggi dasa mii lea buorre psyhkalaš dearvvašvuhtii. Leage fuolalaš ja čájjet ahte leat dás, dat lea buorre vuohki addit áiggi.

Čuovo min ja gávanna eambo dieđuid dáppe:



@Verdensdagen



@Verdensdagen



Verdensdagen for psykisk helse



Verdensdagen.no

Vihtta rávvaga buoret psyhkalaš dearvvašvuhtii



VERDENS DAGEN
FOR PSYKISK HELSE



1

Čatnat oktavuodaid



- Gulaskutta ii go muhtun vuolggáše vácçašit.
- Bovde muhtuma sotnabeaimállásiidda.
- Čuojaldahte ovdaliidda go dieđu čállit.

2

Lihkat ja doaimmat



- Ráhkát iežainat dahje/ja earáiguin fásta šiehtadusa.
- Lihkat bargui manadettiin. Sihkelaste dahje vácce jus sáhtát. Vállje kollektiivvalaččat johtit ovdaliidda go biillain dalle go dat lea vejolaš..

3

Leat didolaš



- Vállje eará luotta bargui go dábálaččat.
- Mo dovdo ilbmi du muođuide odne?
- Makkár máhku lea duodai beavvi vuosttaš gáfegohpus?

4

Joatkit oahppat



- Álgge juoidá maid ovdal leat háliidan oahppat.
- Oahpahala sudoku (jus it juo máhte).
- Gávnnat mo atnit máđas sihkkela.

5

Atte earáide



- Moddje soapmásii gean it dovdda.
- Veahket muhtuma geavatlaččat.
- Bargga juoidá nuppi ovddas vaikko son ii leat biddán veahki.