



## Njoelkedassh jïermijes psyken bijre

1. Aellieh leevles åssjaldahkh oktegh guedtieh.
2. Ohtsh viehkiem varke, ij leah skaamoe viehkien bijre birredh.
3. Spåärh hijven dåäjresh, dah leah hijven meatan utnedh “voessesne”.
4. Ryöjredh leevles boelhki vööste, soptsesth dan bijre åvtelen fer geerve sjædta.
5. Måjhtelh maam buektehth sijjeste dam ih buektehth.
6. Årroeh eadtjohke, jaabnan fysiske darjomh leah hijven dov psykiske healsoen gaavhtan.
7. Voejhkelh maam akt murreds darjodh fierhten biejjien, dov jallh mubpiej gaavhtan.

[verdensdagen.no](http://verdensdagen.no)



VERDENS DAGEN  
FOR PSYKISK HELSE