



DEN NORSKE KIRKE

Meningen med meg



Et samtaletilbud for deg
om å bli tryggere i livet

**Det finnes mange grunner til å ikke ha det så bra.
Forskning viser at det er to temaer som kan beskytte
deg mot det som kalles «psykisk uhelse»:**

- Å kjenne seg trygg på å snakke om følelser
- Å ha en opplevelse av mening i livet

Gjennom å prate, leke og lære i gruppesamlinger får du mulighet til å bli kjent med dine verdier, drømmer og mål. Hvordan takle utfordringer og bli bedre kjent med dine egne styrker? Vi snakker om kjærlighet, stress og sorg og andre temaer.

- For alle i alderen 13–19 år
- Gratis
- Du kan bli med uansett hva du tror på
- Opplegget er laget av ungdommer og psykolog
- Gruppene ledes av voksne

© *Meningen med mig:*
Svenska kyrkan og Christina Lloyd



DEN NORSKE KIRKE



Ta kontakt:

