



DEN NORSKE KYRKJA

Meininga med meg



Eit samtaletilbod for deg
om å bli tryggare i livet

**Det finst mange grunnar til å ikkje ha det så bra.
Forskning viser at det er to tema som kan verne deg
mot det som blir kalla «psykisk uhelse»:**

- Å kjenne seg trygg på å snakke om kjensler
- Å ha ei oppleving av meining i livet

Gjennom å prate, leike og lære i gruppe-
samlingar får du moglegheit til å bli
kjend med dine verdiar, draumar og
mål. Korleis takle utfordringar og
bli betre kjend med dine eigne
styrkar?

Vi snakkar om kjærleik, stress og
sorg og andre tema.

- For alle i alderen 13–19 år
- Gratis
- Du kan bli med uansett
kva du trur på
- Opplegget er laga av
ungdommar og psykolog
- Gruppene blir leia av vaksne

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



DEN NORSKE KYRKJA



Ta kontakt:

