



DRAMMEN
KOMMUNE

Skap gode dager



هل ترغب بحياة أكثر صحية؟
نستطيع مساعدتك!

Frisklivssentralen Drammen



هل انت بحاجة الى المساعدة لكي تبدأ؟

إذا كنت بحاجة الى دعم /مساعدة لتغيير نمط حياتك فيما يتعلق بالنشاط البدني، الغذاء او التدخين فمن الممكن ان تكون وصفة الحياة الصحية مناسبة لك.



مركز الحياة الصحية يقدم

- ارشادات فردية
- نشاطات جماعية
- تدريس مواضيع

>> الصحة الجيدة -

هي ان ترغب في امر ما، وان تكون قادرا عليه <<

مشارك، رجل ٤٩ عام

📞 951 71 102



مركز الحياة الصحية يساعدك في رسم
الهدف، وضع خطة وتنفيذها!



تحصل على وصفة الحياة الصحية عن طريق:
➤ طبيبك الخاص او اي كادر طبي
➤ موظفي مصلحة العمل والرفاهية في النرويج [NAV]
➤ بإمكانك التواصل معنا بدون احالة ايضا

هل تريد معرفة المزيد؟

راجع الموقع الالكتروني لبلدية دارمن، ابحث عن مركز
الحياة الصحية [Frisklivssentralen]



تابعنا من خلال الفيسبوك:

Frisklivssentralen Drammen

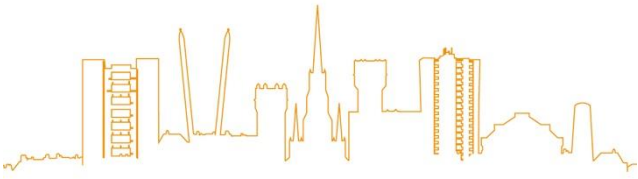
frisklivssentralen@drmk.no

>> جميع افراد العائلة يلاحظون على
تحسناً<<

مشارك، رجل ٥٤عاما

>> إذا فعلت ما كنت تفعله دائما فسوف
تحصل على ما كنت تحصل عليه دائما -إذاً
جرب شيئاً جديداً! العرض لدى مركز الحياة
الصحية أصبح طريقاً جديداً لي <<

مشاركة، امرأة ٤٠عام



Frisklivssentralen Drammen

شارع شوارتز ٦، المبني الرياضي، المدخل ب
Schwartsgt. 6, Idrettens hus inngang B
البريد الإلكتروني: frisklivssentralen@drmk.no

رقم الهاتف: ٩٥١٧١١٠٢

(الاتصال: الاثنين والخميس الساعة ١٣،٠٠ - ١٤،٠٠)

أرسل لنا رسالة نصية [sms] وبعدها نتواصل معك