

دوره نورا - NORA

دوره ای است که شما در آن اطلاعاتی در مورد حقوق، فرصت ها و مقابله با چالش های زندگی در ارتباط با جدایی یا طلاق های پیچیده دریافت خواهید کرد.



Familievernet
Bufetat

در مورد دوره نورا – NORA

نام و محتوای این دوره با همکاری مراجعین تهیه شده است که چنین خدماتی را در حوزه حمایت از خانواده درخواست کرده بودند. آنها نیاز به کسب اطلاعات و دانش در مورد حقوق، فرصت‌ها و مقابله با چالش‌های زندگی در شرایط پیچیده زندگی مرتبط با جدایی داشتند.

این دوره مناسب شما است در صورتی که یک یا چند مورد از نکات زیر شامل وضعیت شما باشند:

- شما احساس می‌کنید که در یک رابطه ناسالم زندگی می‌کنید و به جدایی فکر می‌کنید، اما پایان دادن به این رابطه برایتان دشوار است.
- شما از پیامدهای جدایی هراس دارید و می‌خواهید گزینه‌ها و حقوق خود را ارزیابی کنید.
- شما نگران هستید که این جدایی منجر به قطع ارتباط با فرزندان، خانواده، دوستان و شبکه اجتماعی شود.
- شما نگران واکنش‌ها، کنترل، تهدیدات یا خشونت هستید.
- شما در یک روند پیچیده جدایی می‌باشید.

این دوره به صورت زیر برگزار می‌شود

در طول هشت روز برگزاری این دوره، به بررسی هشت موضوع مختلف در حوزه حقوق و فرصت‌های موجود در جامعه، مرور پیشنهادات و خدمات مختلف، روابط خانوادگی، دوستان و شبکه اجتماعی و همچنین مهارت‌های خودیاری در شرایط گوناگون زندگی

خواهیم پرداخت. این دوره در اداره حمایت از خانواده برگزار شده و توسط تراپیست ها اداره می شود. متخصصان مختلف در حوزه های تخصصی خود، به ایراد سخنانی خواهند پرداخت.

این دوره برای کسانی مناسب است که فکر می کنند می توانند از برخی از موضوعات زیر بهره مند شوند:

- کمک حقوقی رایگان و حقوق اقتصادی
- ارائه خدمات، فعالیت ها و مکان های ارتباط اجتماعی
- آزادی و کنترل
- نحوه ایجاد و حفظ روابط خوب
- ارتباط امن و تعامل خوب
- قدرت و ضعف
- واکنش به تغییرات در زندگی و بحران ها
- مرزها، نیازها و ارزش ها
- مدیریت استرس و خودیاری

هدف از این دوره کمک به بهبود کیفیت زندگی و توانایی مقابله با چالش های زندگی است.

آیا می خواهید در دوره نورا - NORA شرکت کنید؟

در صورتی که فکر می کنید که دوره نورا - NORA برای شما مناسب است، با دفتر حمایت از خانواده تماس بگیرید. ما شما را به یک مصاحبه اولیه دعوت می کنیم تا اطلاعات بیشتری در مورد این برنامه به شما ارائه دهیم و ارزیابی کنیم که آیا این دوره برای شما مناسب است یا خیر.

دفتر حمایت از خانواده زیر دوره های نورا - NORA را ارائه می دهند:

دفتر حمایت از خانواده در بوسکرود

آدرس: Grønland 68, 3045 Drammen

تلفن: 466 17 710

ایمیل: fvk.buskerud@bufetat.no

دفتر حمایت از خانواده در وست آگدر، بخش کریستیانساند

آدرس: Markens gate 35, 4612 Kristiansand

تلفن: 381 04 310

ایمیل: familievernkontoret.vest.agder@bufetat.no

اطلاعات بیشتر در مورد دوره ما را می توانید در وبسایت زیر بیابید:

www.familievernet.no