



Mental Helse Kongsberg

Vi jobber for mere samarbeid og fokus på psykisk helse. Åpenhet, inkludering, respekt og likeverd er vår organisasjon sitt mål. Vi markerer verdensdagen for psykisk helse den 10. oktober hvert år. Men det er noe vi jobber med hele året. Særlig selvmordsforebygging og det å snakke om tabu belagte ting. Være en god venn og å lytte. For å få en bedre psykisk og fysisk helse så er vi ivrige på aktiviteter og kurs.

Våre faste tilbud er:

Mandager klokken 10.00 til 12.00 – Kontortid/samtale

Onsdager klokken 13.30 Bowling i Kongsberg

Torsdager klokken 15.30 til 20.00 Aktiviteter/kurs

Family sports club (KMT) hvor våre medlemmer kan trene for en redusert pris på **299 kr** pr måned. Vi ønsker oss flere medlemmer som vil være med både aktivt og de som kun ønsker å støtte vårt viktige arbeid. Følg med på våre nettsider og på facebook der legger vi ut mye informasjon hver uke. Alle er velkommen hos oss så ta kontakt.

Adresse: Mestringssenteret, Langbergsgate 2, 3616 Kongsberg.

Mobil 48152463

www.mentalhelse.no

Velkommen