**BOSNISK/ KROATISK/ SERBISK - BOSANSKI/ HRVATSKI/ SRPSKI**

Drop-in je takozvana "ponuda niskog praga" za vas koji imate izazove u savladavanju svakodnevnog života. S'nama možete razgovarati o mentalnom zdravlju, stresu, usamljenosti, tuzi, suočavanju sa životom, životnim krizama, i sl. Ne trebate uputnicu. Ovdje možete doći tokom našeg radnog vremena.

Ako vam je potreban prevodilac, mi ćemo ga naručiti, a vi se onda morate vratiti u dogovoreni termin s prevodiocem. Zbog toga su nam potrebne informacije na kojem jeziku trebate tumača, vaše ime, matični br. i br. tel. Mi ćemo vam poslati SMS s informacijama o terminu s prevodiocem kad budemo dobili vrijeme. Prevodilac može biti preko telefona, na ekranu ili fizički prisutan.

**Soraniسوران**

**ھاتنی بێ مھرج بێ ئھوهی کھ لایھنێک داواکار ی بۆ کردبێت بۆ ت ۆ کھ کێشھی ڕووبھڕوو بوونھوهت لھ گھڵ ژیانی ڕۆ ژانھتدا ھھیھ دابی ن**

**کراوه. لھگھڵ ئێ مھ دهتوانی سھبارهت بھ تھندروستی دهروون، نائارام ی، تھنی ایی، غھم، تواناییھکانی ژیان، کێشھکانی ژیان و زۆر شتی**

**دیکھ باس بکھی. پێو ی ست ناکات کھ لایھنێ ک یا شوێنێ ک داواکاری بن ێرێت، ت ۆ دهتوانی لھو کاتانھدا کھ بنکھی ئێمھ کراوهیھ ئاماده بی.**

**ئھگھر پێوی ستی ت بھ وهرگێڕ بوو، ئێ مھ دهتوانی ن داوا بکھین، لھو کاتھدا پێویستھ کھ تۆ لھ کات ێ کھ دابین کراوه لھ گھڵ وهرگێڕ ئاماده**

**بیت. بۆ ئھم بابھتھش ئێ مھ پێوی ستیمان بھ زانی اری سھبارهت بھ ن ێو، بھ چ زمانێک وهرگێڕ پێ ویستھ، ژمارهی کھسای ھتی و ڕهقھمی**

**تھلھفوون ھھی ھ.**

**ئێمھ کورتھنامھ سھبارهت بھ کاتی کۆبوونھوه لھگھڵ وهرگێڕ بۆ تھلھفوونھکھت دهنێرین. وهرگێڕ لھوانھی ھ لھ ڕێی تھلھفوون، تھسویر یا**

**کوو ئامادهبوونھوه بێ.**

**Tigrinja /** ትግርኛ

ድሮፕ-ኢን (Drop-in)፡ ነቶም ኣብ መዓልታዊ ናብርኦም ብድሆታት ዘለዎምን፣ መዓልታዊ ህይወቶም ንክመርሑ ንኡስ-ኣፍደገ ዝኸፍት ዕድል እዩ። ምሳና ብዛዕባ ኣእምሮኣዊ ጥዕና: ውጥረት: ጽምዋ: ሓዘን: ህይወት ንምኽኣል: ናይ ህይወት ቅልውላውን ካልእ መሰልቱን ክትዘራረቡ ትኽእሉ ኢኹም። እዚ ንምግባር ንዝኾነ ምውካስ ኣየድልየኩምን እዩ። ኣብቲ ክፉት ናይ ስራሕ ሰዓታትና፡ ክርከቡ ትኽእሉ ኢኹም።

እንተደኣ ተርጓማይ ዘድልየኩም ኮይኑ፡ ክንእዝዘልኩም ኢና፣ ግና ኣብቲ ናይ ተርጓማይ ናይ ቆጸራ ግዜ ተመሊስኩም ክትመጹ ኢኹም። ካባኹም እንደልዩ ሓበሬታ፣ ናይ ኣየናይ ቋንቋ ተርጓማይ ከምዘድልየኩም፡ ስምኩም፡ መለለይ ቁጽሪኹምን (personnummer) ቁጽሪ ተሌፎንኩምን እዩ። ሓበሬታ ብዛዕባ ናይ ምትርጓም ሰዓት ምስረኸብና ድማ፡ ብመገዲ ኤስ.ኤም.ኤስ (SMS) ኽንልእከልኩም ኢና። ተርጓማይ፣ ብቴሌፎን፡ ብቪድዮ ወይ’ውን ብኣካል ክርከብ ይኽእል እዩ።

**Vietnamesisk/ Tiếng Việt**

Ghé vào mà không cần hẹn giờ trước là một cung ứng không có điều kiện đặc biệt nào dành cho những ai gặp khó khăn trong việc chế ngự cuộc sống hàng ngày. Bạn có thể nói chuyện với chúng tôi về sức khoẻ tâm thần, những thử thách chịu đựng, nỗi cô đơn, phiền muộn, chế ngự cuộc sống, những khủng hoảng trong cuộc đời v.v... Bạn không cần có giấy giới thiệu. Bạn có thể đến đây gặp chúng tôi trong giờ văn phòng mở cửa.

Nếu bạn cần thông dịch viên, chúng tôi sẽ đặt dịch vụ thông dịch. Khi đó bạn phải trở lại theo giờ hẹn mà chúng tôi đã đặt thông dịch viên. Vì thế chúng tôi cần thông tin về ngôn ngữ mà bạn cần thông dịch viên, tên của bạn, ngày sinh và số cá nhân, và số điện thoại. Thông dịch viên có thể dịch qua điện thoại, qua màn hình hoặc có mặt tại văn phòng chúng tôi.

/Arabisk

إحضر بلا موعد یعُتبر عرضا بدرجھ منخفضة لمن یواجھون تحدِّیات في التحكم بالحیاة الیومیة. یمكنك التحدّث إلینا حول الصحة النفسیة،

التوترّ، الشعور بالوحدة ، الحزن ، التحكم في الحیاة ، الأزمات ، وغیر ذلك. أنت لست بحاجة إلى إحالة، فقط یمكنك الحضور لدینا خلال

أوقات العمل.

إذا كنت بحاجة إلى مترجم، فسوف نحجزه لك، ویجب علیك الحضور في موعد الترجمھ المتفق علیھ. لذلك نرید منك معلومات حول اللغة

التي تحتاج فیھا إلى مترجم، اسمك ورقمك الشخصي ورقم ھاتفك. سنبعث إلیك رسالة حول موعد الإجتماع حالما یتم تحدیده. یمكن أن

یكون المترجم على الھاتف أو الشاشة أو حاضرا معنا.

**ENGELSK / ENGLISH**

Drop-in is a low threshold service for you who have challenges in mastering everyday life. With us, you can talk about mental health, stress, loneliness, grief, life coping, life crises, etc. You do not need a referral. Here, you can attend during our opening hours.

If you need an interpreter, we will order this, and you must then return for the scheduled interpretation appointment. We therefore need information about the language for which you need an interpreter, your name, identity number and telephone number. We will send you an SMS with info about the interpretation appointment when we have received the scheduled time. The interpreter may be on the telephone, screen or physically present.

**FRANSK / FRANÇAIS**

Le service sans rendez-vous accueille ceux qui ont des problèmes pour gérer leur quotidien. On peut ici parler de santé mentale, de ses problèmes, de solitude, de deuil, de crises et des défis de la vie etc… Vous pouvez venir sans ordonnance. Il suffit de venir pendant nos heures d’ouverture.

Si vous avez besoin des services d’un interprète nous pouvons en commander un mais il faudra alors venir à une heure donnée. Pour que vous puissiez utiliser le service avec interprète vous devrez nous indiquer en quelle langue vous avez besoin d’un interprète, votre nom et votre numéro personnel (personnummer) ainsi que votre numéro de téléphone. Nous vous enverrons un SMS confirmant l’heure du rendez-vous avec l’interprète. L’interprète sera soit sur place soit présent par téléphone ou sur écran.

**Pashto/ پښتو**

Drop-in) دراپ این ) د ھغو کسانو لپاره د مرستې یو وړاندیز دی چې پھ ورځني ژوند کې لھ ستونزو ا و ننګونو سره مخامخ وي. تاس و

لھ مونږ سره د روحي روغتیا، ذھني فشارونو، یوازیتوب، غم، پھ ژوند باندې د برلاسیتوب ، پھ ژوند کې د کړکٻچونو او داسې نورو

موضوعات و پھ ھکلھ خبرې کولای شئ. تاس و دې تھ اړتیا نلرئ چې څوک مو مونږ تھ رامعرفي کړي. تاسو کولای شئ زمونږ د کار پھ

وختونو کې دلتھ راشئ.

کھ تاسو ژباړونکي (ترجمان) تھ اړتیا ولرئ، مونږ بھ یې راوغواړ و. کلھ چې لھ ژباړونکي سر ه وخت وټاکل شي، تاسو باید بیرتھ دلتھ

راشئ. مونږ پھ دې اړه مالوماتو تھ اړتیا لرو چې تاسو پھ کومھ ژبھ ژباړونکي تھ اړتیا لرئ، نوم مو څھ دی، شخصي شمیره

(sms) او د تلیفون شمٻره مو څھ ده. کلھ چې د ژباړونکي سره وخت وټاکل شي، مونږ بھ تاس و تھ د لیکلي پٻغام (personnummer)

پھ وسیلھ پھ دې ھکلھ خبر درکړو. کیدای شي ژباړونکی د تلیفون یا سکرین لھ لارې ترجمھ وکړي او یا ھم پھ فزیکي توګھ دلتھ شتون

ولري.

**RUSSISK / РУССКИЙ ЯЗЫК**

Услуга Drop-in даёт возможность получить помощь без предварительной записи, если вы оказались в тяжёлой жизненной ситуации. Вы можете поговорить с нами о своём психическом здоровье, тяжёлых чувствах, одиночестве, тоске, о том, как наладить свою жизнь, о кризисных ситуациях и многом другом. Вам не нужно направление. Вы можете придти в любое время в течение нашего рабочего дня.

Если вам необходимы услуги переводчика, мы организуем их, в таком случае вам нужно будет вернуться к тому времени, на которое будет заказан переводчик. Нам потребуется информация о том, на какой язык вам требуется перевод, ваше имя, личный идентификационный номер и номер телефона. Когда нам сообщат время, в которое доступен переводчик, мы отправим вам смс с информацией о встрече. Перевод может осуществляться по телефону, по видеоконференции или с личным присутствием переводчика.

**SOMALI / SOOMAALI**

Drop-in waa deeq ballan la,aan aad ku imaan karto oo looguna tallagaley adiga qaba dhibaato sababtey in aad nolol maalmeedkaaga maareyn waydo. Anaga waxaad nagala hadli kartaa cafimaadka cilmi nafsiga, culeys ku haysta, cidla/kali ahaansho, murugo, dhibaato noloshaada la soo darista iyo wixii la mid ah. Uma baahnid inay cidu kusoo gudbiso. Waxaad iska imaan kartaa xilliyada ayaan furanahay.

Haddii aad turjubaan u baahantahay waan kuu qabanaynaa, markaas waa in aad soo noqotaa xiliga aan ballanta kuu qabanay turjubaankana laguu helay. Sidaas awgeed waxaan kaaga baahanahay warbixin ku saabsan luuqada aad turjubaanka uga baahantahay, magacaaga, shantaada lambar iyo lambarka taleefankaaga. waxaan kuu soo direynaa aqbaar iyo warbixin ku saabsan waqtiga aan ballanta kuu qabaney markii aan turjubaan helno. Turjubaanku wuxuu kaaga turjumi karaa taleefan, shaashad ama asagoo goobta kula jooga.

**Swahili / Swahili** Drop-in ndio kusema kujiondoa. Ni bahati kwako wewe unaeshindwa kusimamia mahisha za kila siku apa Norway. Pamoja nasisi unawaza kuzungumza juu ya hali yako ya akili, mafazaiko, upweke (stress), huzuni, mambo kuhusu yote unaweza kufanya kazini, shida za maisha, na vingine. Hauhitaji kionesho ao mtu kuweza kukusimamia mbele. Hapa, unaweza kuja wakati zote za kufungua. Unahitaji mtafsiri, tutamtafuta, basi utarudi tena hapa kufatana na wakati ya mtafsiri. Kwa hivyo tunahitaji kujua ni luga gani unasema, jina lako, number zako za upeke (personnr.), number za simu. Tutakutumia SMS yenye maelezo kuhusu wakati za kuweza kupana tena pamoja na mtafsiri. Matafsiri anaweza kuwa kwa simu, video ao kwa mkutano

**Tyrkisk / Türkçe**

Drop-in hizmeti (randevusuz hizmet) günlük hayatta zorluk çekenler için düşük eşikli (kolay ulaşılabilir) bir hizmettir. Bizimle ruh sağlığı, tasalar, yalnızlık, keder, hayat mücadelesi, yaşam krizleri ve benzeri konular hakkında konuşabilirsiniz. Sevk edilmeye ihtiyacınız yoktur. Mesai saatlerimizde buraya gelebilirsiniz.

Bir tercümana ihtiyacınız varsa biz sizin için ayarlarız, bu durumda tercümanla kararlaştırılan randevu saatine gelmeniz gerekir. Bu nedenle hangi dilde tercümana ihtiyacınızın olduğunu, adınızı, kimlik numaranızı ve telefon numaranızı belirtmeniz gerekir. Tercümandan randevu aldığımızda randevu saati hakkında size kısa mesaj gönderilecektir. Tercüman görüşmeye telefonla, ekrandan veya fiziksel olarak katılabilir.

**ALBANSK -SHQIP**

Drop-in është një shërbim me prag të ulët për ju që keni sfida në zotërimin e jetës së përditshme. Me ne mund të flisni për shëndetin mendor, stresin, vetminë, pikëllimin, përballimin e jetës, krizat e jetës, e tj. Ju nuk keni nevojë për një rekomandim. Këtu mund të paraqiteni gjatë orarit tonë të punës.

Nëse keni nevojë për përkthyes, ne do ta porosisim atë, por ju atëherë duhet të ktheheni në një takim të dakorduar me përkthyes. Mu për kët kemi nevojë për informacion rreth gjuhes në të cilën ju nevojitet përkthyesi, emrin tuaj, nr. personal dhe nr. e tel. Ne do t'ju dërgojmë një SMS me informacion rreth kohes me përkthyes posa ta kemi marrur kohën. Përkthyesi mund të jetë përmes telefonit, në ekran ose i pranishëm fizikisht.

**Dari/ دری**

یک پیشنھاد کمک برای شما کھ در زنده گی روزمره با چالش ھا روبرو ھستید، می باشد. شما می توانید (Drop-in) دراپ این

با ما در مورد صحت روانی، فشار ھای ذھنی، تنھایی، غم و اندوه، تسلط بر زنده گی روزمره، بحران ھای زنده گی و مسایل

دیگر صحبت کنید. نیازی بھ این نیست کھ کسی شما را بھ ما راجع (معرفی) کند ؛ شما می توانید در جریان اوقات کاری ما

مراجعھ کنید.

اگر بھ ترجمان نیاز دارید، برایتان خواستھ می شود ولی در آنصورت باید شما دوباره بیای د تا در موجودیت ترجمان با ما صحبت

و شمارۀ تیلفون شما نیاز داریم. وقتیکھ با ترجمان وقت (personnummer) کنید. بھ ھمین دلیل، ما بھ اسم، شمارۀ شخص ی

اطلاع می دھیم. ممکن است ترجمان از طریق تیلفون، سکرین و یا ھم بھ (sms) تعین شود، ما بھ شما از طریق پیام کتبی

شکل فزیکی حضور داشتھ باشد.

**Persisk/ فارسی**

**حضور بدون وقت قبلی و معرفی از طرف مرجعی خاص برای شما کھ در تسلط بر زندگی روزمره با چالش روبرو ھستید در نظر گرفتھ**

**شده است.**

**با ما م یتوانید در مورد سلامت روان، استرس، تنھایی، غم، توانائی ھ ای زندگی، بحرانھای زندگی و خیلی چیزھای دیگر صحبت کنید.**

**شما نیاز بھ معرفی از طرف مرجعی ندارید و میتوانید در ساعتھای کاری ما مراجعھ کنید.**

**اگر بھ مترجم نیاز دارید، ما آن را سفارش م یدھیم، لازم است بعد از سفارش مترجم در وقت تعین شده با مترجم حضور یابید. بھ ھمین**

**منظور ما بھ اطلاعاتی از جملھ مترجم بھ چھ زبانی باشد، اسم شما، شماره ملی و شماره تلفن نیاز داریم.**

**ما برای شما اس ام اس درمورد قرار ملاقات با مترجم و اینکھ در چھ ساعتی است میفرستیم. احتمال دارد مترجم از طریق تلفن، ویدیو**

**یا حضوری باشد.**

**Kurmanji/Kurmanji**

Hevdîtinek bêyî randevûya pêşîn û danasîna referansek ji bo we kesên ku di xwedîkirina jiyana rojane de bi zehmetiyan re rû bi rû ne tê armanc kirin. Hûn dikarin li ser tenduristiya derûnî, stres, tenêtî, xemgînî, serweriya jiyanê, qeyranên jiyanê û hêj bêtir bi me re biaxifin. Hûn ne hewce ne ku ji hêla referansekê ve werin destnîşan kirin û hûn dikarin di demên kar de serdana me bikin. Heke ji we re wergêr hewce dike, em ê wê ferman bikin, hûn hewce dike piştî peywirdarkirina wergêr di wextê destnîşankirî de li ba wergêr bin.

Ji bo vê armancê, ji me re agahdariya wekî wergêr bi kîjan zimanî, navê we, jimara neteweyî û jimara têlefon pêdivî ye. Em derbarê randevûya bi wergêr re û ku çe dema ye wê ji we re SMS bişînin. Wergêr dibe ku bi telefon, vîdeo, an jî li wir be.

**POLSK / POLSKI**

Drop-in to oferta o niskim progu dla osób, którym trudno jest sobie radzić w życiu codziennym. Możesz porozmawiać z nami o zdrowiu psychicznym, obciążeniach, samotności, stracie, radzeniem sobie w życiu, kryzysach życiowych i in. Nie potrzebujesz skierowania. Tutaj możesz po prostu przyjść w godzinach otwarcia.

Jeżeli potrzebujesz tłumacza, zamówimy go, wtedy będziesz musiał przyjść ponownie na umówioną godzinę z tłumaczem. Potrzeba nam dlatego informacji o tym, z jakiego języka potrzebujesz tłumacza, jak się nazywasz, twojego numeru osobowego i numeru telefonu. Przyślemy ci SMS-a z informacją o terminie rozmowy z tłumaczem, kiedy będziemy go znali. Tłumacz może być przez telefon, ekran lub fizycznie obecny.