



## Aktiv sammen

Vi møtes på onsdager, kl 11 – 15



Oslo  
Bydel Gamle Oslo

Petersborg, Nabolagshuset, Ensjø. Sigurd Hoels veg 35



"Aktiv Sammen" er opprettet for å møte behovet for sosial kontakt og støtte blant kvinner. Mange kvinner kan oppleve ensomhet, ønske å utvide sitt sosiale nettverk eller føle på utfordringer som sosial angst eller manglende tilhørighet. Gruppens mål er å skape et trygt fellesskap som gir kvinner muligheten til å oppleve samhold og personlig vekst. Begrenset antall deltakere.

**Hver onsdag kl 11.**

Nye deltakere kan melde seg på.

For mer informasjon, ta kontakt med:

**Rezan, tlf 465 90 875/ Mozhdah, tlf 99872615**

# Aktiv Sammen har nå en pause og vil starte opp igjen høsten 2026

Du kan kontakte oss på mail: [oslo@mentalhelse.no](mailto:oslo@mentalhelse.no)

Kontor/postadresse: Arbeidersamfunnets plass1, 0181 Oslo. Bank 7877 08 33549. Vipps: 705761

Tlf: 940 65 739. Se åpningstider på hjemmesiden vår.