

A photograph of a person walking through tall grass at sunset. The person's legs and feet are visible, moving through the grass. The sun is low on the horizon, creating a warm, golden glow. A word cloud is overlaid on the right side of the image, featuring various words in different sizes and orientations. The words are in a sans-serif font, with some in white and others in a light yellow/gold color that matches the sunset background. The words include: 'oadđin', 'doarjja', 'álšaguovddáš', 'dearvvašvuohta', 'borgguheamis beassan', 'loaktin', 'birgehallet', 'illu', 'aktivitehta', 'buorre biebmu', and 'fierpmádat'.

oadđin
doarjja
álšaguovddáš
dearvvašvuohta
borgguheamis beassan
loaktin
birgehallet
illu
aktivitehta
buorre biebmu
fierpmádat

Álšaguovddáš lea gielddalaš eastadeaddji dearvvašvuodabálvalus.

Álšaguovddáš fállá veahki ja bagadallá mo birget iežas dearvvašvuodadiliin individuálalaččat, ja fállá maiddái kurssa ja čohke joavkkuid main ságastallat fáttáid nugo:

- fysalaš aktivitehta
- biebmodoallu
- duhpát
- psyhkalaš dearvvašvuhta
- oadđin

Ulbmiljoavku leat olbmot geat dárbbasit doarjaga rievdadit eallindábiid danne go sis lea stuorat riska fáhtehallat dávdii, dahje jus lea jo basttán dávda.

Fástadoaktárat, eará dearvvašvuodabargit ja NAV sáhttet sáddet du álšaguovddážii. Sáhtát maiddái váldit oktavuoda njuolgga.

Loga eanet álšaguovddážiid birra helsedirektoratet.no siidduin

Geahča mat gielddain lea dát bálvalus, helsenorge.no siidduin