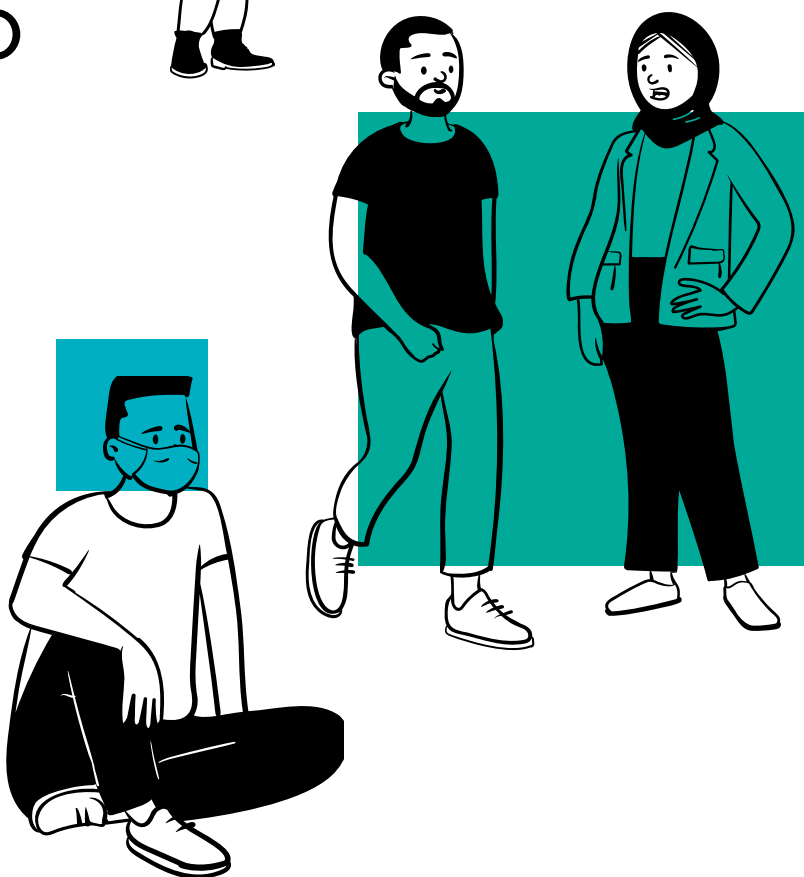


Ottieni supporto per tenere sotto controllo lo stress e l'ansia e favorire il tuo benessere



Partners in Wellbeing (letteralmente 'partner nel benessere') è un servizio gratuito inteso a favorire il tuo benessere, formulare strategie per far meglio fronte alla situazione e prestarti sostegno emotivo durante la pandemia del Coronavirus e oltre.

Determina cos'è che non va

Cerca di individuare cosa sta causando lo stress o l'ansia e capire i tuoi pensieri, sensazioni e esperienze.

Tiene la situazione sotto controllo

Trova modi per tenere sotto controllo stress e ansia e favorire il tuo benessere e la tua capacità di recupero.

Supporto per condurre una vita normale

Cerca di individuare persone nella tua vita, servizi di sostegno e altre risorse che possono aiutarti a far fronte alla situazione nei momenti di stress.

Chiama il numero 1300 375 330 per fare il primo passo.

Incoraggiamo le persone che si identificano come LGBTIQ, di diversa estrazione culturale, aborigene o originarie delle Isole dello Stretto di Torres, reduci, assistenti domiciliari e persone senz'altro a contattarci.

Servizio interpreti e traduzioni



Se ti serve aiuto per capire queste informazioni, chiama il numero **1300 375 330**.

Partners in Wellbeing è un servizio sovvenzionato dal governo del Victoria e erogato in tutto il Victoria da Neami National, EACH e ACSO.

Partners in
Wellbeing

