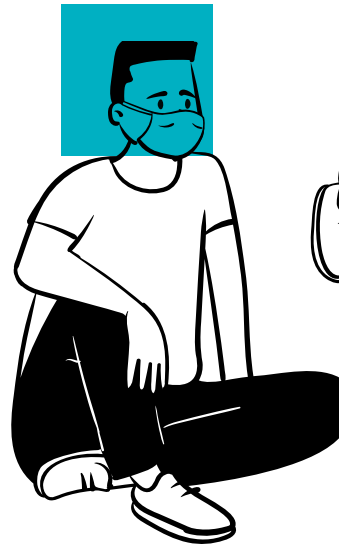


Добијте поддршка да ги контролирате стресот и вознемиреноста и да ја подобрите вашата благосостојба



Partners in Wellbeing е бесплатна услуга наменета да ви помогне да ја подобрите вашата благосостојба, да создадете стратегии за да можете подобро да се снаоѓате и ви нуди емоционална поддршка како за време на пандемијата на коронавирусот така и понатаму.

Утврдете што не е во ред

Испитајте што ви предизвикува стрес или вознемиреност и разберете ги вашите мисли, чувства и искуства.

Преземете контрола

Изнајдете начини да ги контролирате стресот и вознемиреноста и да ги подобрите вашата благосостојба и отпорност.

Поддршка да продолжете со животот

Идентификувајте ги луѓето во вашиот живот, службите за поддршка и други помагала кои ќе ви помогнат да имате контрола во ситуации на стрес.

За да започнете, јавете се на **1300 375 330.**

Ги поттикнуваме лицата кои се идентификуваат како ЛГБТИК, лица од различно културно потекло, Абориџини или лица од островите во Torres Strait, ветерани, негуватели и лица кои се бездомници да не контактираат.

Усмено и писмено преведување



Ако ви треба помош да ги разберете овие информации, јавете се на **1300 375 330.**

Викторијската влада ја финансира услугата Partners in Wellbeing, која во Викторија ја доставуваат Neami National, EACH и ACSO.

Partners in
Wellbeing

