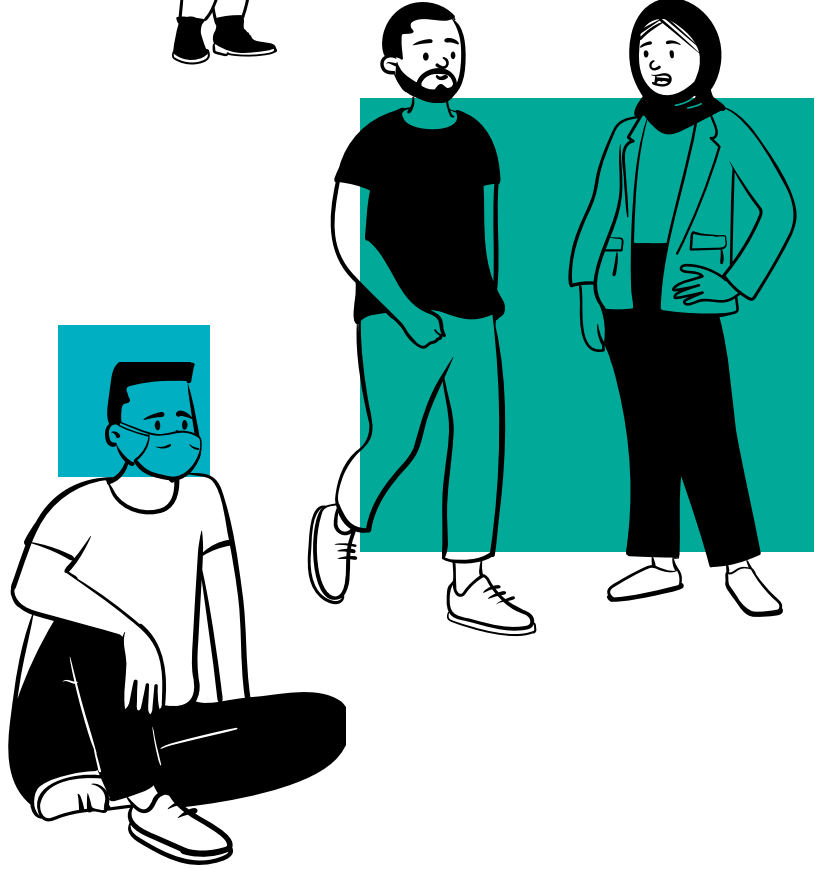


तणाव, चिंता आणि तुमचे आरोग्य सुधारण्यासाठी मदत मिळवा



पार्टनर्स इन वेलबीइंग (Partners in Wellbeing)
ही एक विनामूल्य सेवा आहे जी तुम्हाला तुमचे
आरोग्य सुधारण्यात मदत करते, तसेच चांगल्या
प्रकारे लढण्यासाठी धोरणे विकसित करते आणि
कोरोनाव्हायरसच्या काळात आणि त्यापुढील काळात
भावनात्मक आधार प्रदान करतात.

काय चुकते आहे ते शोधून काढा

तुम्हाला तणाव किंवा चिंता कशामुळे होते आहे हे शोधून काढा
आणि तुमचे विचार, भावना आणि अनुभव समजून घ्या.

गोष्टी नियंत्रणात आणायचा प्रयत्न करा

तणाव, चिंता ह्यातून मुक्त होण्यासाठी आणि तुमचे आरोग्य
सुधारण्यासाठी तसेच आनंदी आयुष्यासाठी मार्ग शोधा.

आयुष्यात पुढे जाण्यासाठीचा आधार

तणावाच्या काळात तुम्हाला मदत करण्यासाठी झटणारे तुमच्या
जीवनातील लोक, सहाय्य सेवा आणि इतर संसाधने जाणून घ्या.

चला तर मग 1300 375 330 वर कॉल करा.

LGBTQIA+, सांस्कृतिकदृष्ट्या वैविध्यपूर्ण, आदिवासी किंवा टोरेस स्ट्रेट
आयलॅंडर लोक, दिग्गज, काळजी घेणारे आणि बेघरपणाचा अनुभव घेत
असलेल्या लोकांना आम्ही आमच्याशी संपर्क साधण्यासाठी प्रोत्साहित
करतो.

दुभाषी सेवा आणि भाषांतर सेवा



ही माहिती जाणून घेण्यासाठी काही मदत हवी असल्यास,
1300 375 330 वर कॉल करा.

Partners in Wellbeing ला
व्हिक्टोरियन सरकारकडून निधी
दिला जातो आणि व्हिक्टोरियामध्ये
Neami National, EACH आणि
ACSO द्वारे तो वितरित केला
जातो.

Partners in
Wellbeing

