

Al momento sto attraversando un periodo difficile

Siamo qui per aiutarti

La pandemia ci ha colpito tutti in modi diversi, ed è importante trovare il tempo per occuparti della tua salute mentale.

Se ti senti stressato o triste, puoi ricevere assistenza presso un **Mental Health & Wellbeing Hub** chiamando al **1300 375 330**.

I Mental Health & Wellbeing Hub sono centri per la salute e il benessere mentale che offrono servizi gratuiti a chiunque viva nel Victoria, a prescindere dal tipo di visto di cui è titolare.

I nostri assistenti sociali esperti ti ascolteranno e si adopereranno al tuo fianco per trovare il miglior modo di farti ottenere l'aiuto di cui hai bisogno.

**MENTAL HEALTH
& WELLBEING
HUB**

Hai bisogno di assistenza in italiano?

Chiama il TIS National al **131 450** e richiedi un interprete. Chiedi quindi di farti mettere in contatto col Mental Health & Wellbeing Hub al **1300 375 330**.

Per saperne di più, vai su coronavirus.vic.gov.au/mentalhealthhub