

Partners in Wellbeing

本免费服务为 16 岁及以上的维州居民提供一对一支持。我们协助提升身心健康，制定应对策略，并根据需要提供情感支持。



找出问题所在

探索导致您压力或焦虑的原因，了解您的想法、感受和经历。

掌控局面

找到管理压力和焦虑的方法，提高您的幸福感和适应力。



生活支持

找到您生活中的支持网络、服务和资源，帮助您度过压力期。

保持联系

我们会定期联系您，提供情感支持和实际帮助，并协助您运用制定的策略来应对压力和焦虑，提升您的身心健康。



小型企业支持

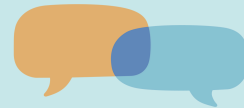
如果您是小型企业主，您可以获得保密的专业支持，包括商业咨询和财务建议。

与其他服务链接

Partners in Wellbeing (健康伙伴服务) 可以帮助您或您认识的人，顺利联系并使用 Mental Health and Wellbeing Local and Hub Services (当地心理健康和福祉服务)。



所有维多利亚州居民，无论年龄大小，都可以获得免费的帮助和支持。心理健康问题患者的家人、朋友和护理人员也可以获得支持。



mental health & wellbeing local

Mental Health and Wellbeing Local 是一项免费服务，为 26 岁及以上的维州居民提供更贴近家庭的心理健康与福祉支持。

想了解更多信息，请扫描二维码访问我们的网站，或使用实时聊天工具直接与我们联系



周一至周五：上午 9 点至晚上 8 点
周六：上午 9 点至下午 5 点
周日及公众假期休息

拨打 **1300 375 330** 即可开始咨询。

www.partnersinwellbeing.org.au

口译和翻译服务

如果您需要帮助来理解这些信息，请拨打 **1300 375 330**。



我们承认我们工作的土地的传统守护者，并向过去、现在和未来的长者致以敬意。

