

Partners in Wellbeing

Ова бесплатна услуга нуди подршку један на један за грађане Викторије од 16 година старости навише. Помажемо у постизању већег степена благостања, развоју стратегија да се лакше подносе проблеми и пружању емоционалне подршке по потреби.



Разрешите шта није у реду

Истражите шта узрокује ваш стрес или анксиозност и разумите своје мисли, осећања и искуства.

Ставите ствари под контролу

Развијте начине да контролишете стрес, анксиозност и да побољшате своје благостање и отпорност.



Подршка да наставите да живите живот

Идентификујте људе у свом животу, службе које пружају помоћ и друге ресурсе који ће вам помоћи да се носите са стресним ситуацијама.

Останите у вези

Одржавамо редован контакт са вама како бисмо вам пружили емоционалну подршку, практичну помоћ и помогли вам да користите стратегије које сте идентификовали да контролишете стрес, анксиозност и постигнете већи степен благостања.



Подршка малим предузећима

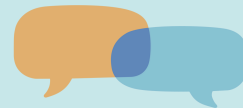
Ако сте власник малог предузећа, можете добити поверљиву стручну помоћ која укључује добијање пословног савета и финансијско саветовање.

Повежите се са другим услугама

Услуга Partners in Wellbeing (Партнери у постизању благостања) може вама или некоме кога познајете да помогне да приступите и користите локалне и централизоване услуге за ментално здравље и благостање у вашем региону у оквиру службе Mental Health and Wellbeing Local and Hub Services.

**MENTAL HEALTH
& WELLBEING
HUB**

Бесплатна помоћ и подршка је доступна свим грађанима Викторије свих узраста. Подршка је такође доступна породицама, пријатељима и неговатељима особа које имају проблема са менталним здрављем.



**mental health &
wellbeing local**

Mental Health and Wellbeing Local је бесплатна услуга која грађанима Викторије од 26 година старости навише нуди помоћ и подршку за ментално здравље и благостање ближе кући.

За више информација, скенирајте QR код да посетите наш веб-сајт или разговарајте са нама **уживо и непосредно путем чета**



Радним данима: од 9 до 20 часова

Суботом: од 9 до 17 часова

Затворено недељом и државним празницима

**Учините први корак тако што
ћете позвати 1300 375 330.**

www.partnersinwellbeing.org.au

Услуге тумача и превођења

Ако вам је потребна помоћ да разумете ове информације, позовите **1300 375 330**.



Признајемо традиционалне власнике земље на којој радимо и одајемо поштовање њиховим бившим, садашњим и будућим старешинама.

