Partners in Wellbeing

ဤအခမဲ့ဝန်ဆောင်မှုသည် အသက် ၁၆ နှစ်နှင့် အထက်အရွယ် ဗစ်တိုးရီးယားပြည်နယ်ပြည်သူများ အတွက် တစ်ဦးချင်းအလိုက် ပံ့ပိုးမှု ပေးပါသည်။ ကျွန်ုပ်တို့သည် ကျန်းမာသာယာပျော်ရွှင်ရေးကို မြှင့်တင်ပေးခြင်း၊ ရင်ဆိုင်ရေးနည်းဗျူဟာများကို ရေးဆွဲပေးခြင်းနှင့် စိတ်ခံစားမှုဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးမှု ပေးအပ်ခြင်းတို့ကို လိုအပ်သလို ကူညီပေးပါသည်။

မှားယွင်းသည့်အရာကို ဖော်ထုတ်ပါ

သင်၏ စိတ်ဖိစီးမှု သို့မဟုတ် စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို ဖြစ်စေသော အကြောင်းရင်းကို စူးစမ်းပြီး သင့်အတွေးများ၊ ခံစားချက်များနှင့် ကြံတွေ့မှုများကို နားလည်ပေးပါ။

အရာကိစ္စများကို ထိန်းချုပ်မှု အောက်၌ ထားပါ

စိတ်ဖိစီးမှုများ၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုများကို ထိန်းချုပ်ရန်အတွက် နည်းလမ်းများကို ဖော်ဆောင်ပြီး သင်၏ကျန်းမာသာယာပျော်ရွှင်ရေးနှင့် ခိုင်ခံ့ရည်စွမ်းအားကို မြှင့်တင်ပေးပါ။

အသက် ဆက်လက်ရှင်သန်နေရန် ပံ့ပိုးပေးပါ

စိတ်ဖိစီးရကျော်နိုင်ရန် သင့်အား ကူညီပေးရန် သင့်ဘဝ လုပ်ရိုးလုပ်စဉ်များ၊ ပံ့ပိုးမှုဝန်ဆောင်မှု ဌာနများနှင့် အခြားသောရင်းမြစ်များကို ဖော်ထုတ်ပါ။

ဆက်လက်၍ ချိတ်ဆက်နေပါ

ကျွန်ုပ်တို့သည် စိတ်ခံစားမှုဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးမှု၊ လက်တွေ့ကျသော အကူအညီကို ပေးရန် သင်နှင့်ပုံမှန်ဆက်သွယ်နေပြီး သင်၏စိတ်ဖိစီးမှု၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှုကို ထိန်းချုပ်ရန်နှင့် သင်၏ ကျန်းမာသာယာပျော်ရွှင်ရေးကို မြှင့်တင်ရန်တို့ အတွက် သင် ဖော်ထုတ်ခဲ့သော နည်းဗျူဟာများကို သင် အသုံးပြုစေရန် ကူညီပေးပါမည်။

အခြားဝန်ဆောင်မှု ဌာနများနှင့် ချိတ်ဆက်ပါ

ကျန်းမာသာယာပျော်ရွှင်ရေး၌ ဖက်စပ်လုပ်ကိုင်သူများသည် သင် ကိုယ်တိုင်နှင့် သင်သိသည့်တစ်ဦးဦးအတွက် သင့်လျော်သော စိတ် ကျန်းမာရေး (Mental Health) နှင့် ကျန်းမာသာယာပျော်ရွှင်ရေး ဒေသ ရ (Wellbeing Local) နှင့်အလုံးစုံဝန်ဆောင်မှု များ (Hub Services) ကို ရယူအသုံးပြုခြင်းနှင့် လမ်းပြ နိုင်ခြင်းတို့ဖြင့် ကူညီပေးနိုင်ပါသည်။

MENTAL HEALTH & WELLBEING HUB

အခမဲ့ အကူအညီနှင့်ပံ့ပိုးမှု ကို အားလုံးသော ဗစ်တိုးရီးယားပြည်နယ် ပြည်သူ အသက်အရွယ်အားလုံး အတွက် ရရှိနိုင်ပါသည်။ ပံ့ပိုးမှု ကို စိတ်ကျန်းမာရေးပြဿနာများ ကြုံတွေ့နေရသော မိသားစုများ၊ မိတ်ဆွေများနှင့် စောင့်ရှောက်ပေးသူများအတွက်လည်း ရရှိနိုင် ပါသည်။

mental health & wellbeing local

စိတ်ကျန်းမာရေး (Mental Health) နှင့် ကျန်းမာသာယာပျော်ရွှင်ရေး ဒေသ ရ (Wellbeing Local) မှာ အခမဲ့ ဝန်ဆောင်မှု တစ်ခုဖြစ်ပြီး ဗစ်တိုးရီးယားပြည်နယ် ပြည်သူ အသက် 26 နှစ်နှင့်အထက် သူတို့ အတွက် စိတ်ကျန်းမာရေးနှင့် ကျန်းမာသာယာပျော်ရွှင်ရေးဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးမှု ကို အိမ်နှင့်နီး ရှိ စေရန် အထောက်အကူပြုပေးခြင်း ဖြစ်သည်။

အချက်အလက်များ ပိုမိုသိလိုပါက ကျွန်ုပ်တို့၏ဝက်ဘ်ဆိုက်သို့ ဝင်ရောက် ကြည့်ရန် QR ကုဒ်ကို စကင်န်ဖတ်ပါ သို့မဟုတ် ကျွန်ုပ်တို့နှင့် တိုက်ရိုက် စကားပြောရန်အတွက် ကျွန်ုပ်တို့၏ တိုက်ရိုက် စကားပြောခန်းကို အသုံးပြုပါ

တနင်္လာ မှ သောကြာ- နံနက် 9 နာရီမှ ည 5 နာရီ စနေ၊ တနင်္ဂနွေနှင့် အများပြည်သူရုံးပိတ်ရက်များတွင် ပိတ်သည်

စတင်သုံးစွဲရန် ဖုန်း 1300 375 330 သို့ ခေါ် ဆိုပါ။

www.partnersinwellbeing.org.au

စကားပြန်ဝန်ဆောင်မှုနှင့် ဘာသာပြန်များ

ဤအချက်အလက်ကို နားလည်ရန် အကူအညီလိုအပ်ပါက ဖုန်း 1300 375 330 သို့ ခေါ် ဆိုပါ။

ကျွန်ုပ်တို့ လုပ်ကိုင်လျက်ရှိသော ဤမြေ၏ ရိုးရာအစဉ်အလာ ပိုင်ရှင်များကို ကျွန်ုပ်တို့ အသိအမှတ်ပြုပြီး ယခင်၊ ယခုနှင့် ပေါ်ပေါက်လာလတ္တံ့သော လူကြီးသူမများအား ဂါရဝပြုပါသည်။

ကျန်းမာသာယာပျော်ရွှင်ရေး၌ ဖက်စပ်လုပ်ကိုင်သူများ (Partners in Wellbeing) ကို ဗစ်တိုးရီးယားပြည်နယ် အစိုးရမှ ရန်ပုံငွေပံ့ပိုးထားပြီး Neami National၊ EACH နှင့် ACSO တို့မှ ဗစ်တိုးရီးယားပြည်နယ်တစ်ဝန်း ဝန်ဆောင်မှု ပေးပါသည်။