

Partners in Wellbeing

이 무료 서비스는 16세 이상의 빅토리아 주민을 대상으로 일대일 지원을 제공합니다. 필요에 따라 웰빙 개선, 대처 전략 개발, 정서적 지원 등을 제공합니다.



무엇이 문제인지 파악하세요

스트레스나 불안의 원인이 무엇인지 살펴보고 자신의 생각, 감정, 경험을 이해하세요.

상황을 관리하세요

스트레스와 불안을 관리하고 웰빙과 회복력을 향상하는 방법을 개발하세요.



일상생활을 위한 지원

스트레스를 관리하는 데 도움을 줄 주변 사람, 지원 서비스 및 다른 자원들을 파악하세요.

연결을 유지하세요

저희는 여러분과 정기적으로 연락하여 정서적 지원과 실질적인 도움을 제공하고, 여러분이 스트레스와 불안을 관리하고 웰빙을 개선하기 위해 파악한 전략을 사용할 수 있도록 돕습니다.



다른 서비스와 연동

Partners in Wellbeing (웰빙 파트너)는 본인 또는 지인이 해당 지역의 Mental Health and Wellbeing Local and Hub Services (정신 건강 및 웰빙 로컬 및 허브 서비스)에 대한 접근 및 탐색을 하도록 지원할 수 있습니다.



모든 연령대의 빅토리아 주민은 무료 도움과 지원을 받을 수 있습니다. 정신 건강 문제를 겪고 있는 사람의 가족, 친구, 간병인을 위한 지원도 제공됩니다.



mental health & wellbeing local

Mental Health and Wellbeing Local 은 26세 이상의 빅토리아 주민이 집에서 가까운 곳에서 정신 건강 및 웰빙 지원을 받을 수 있도록 돕는 무료 서비스입니다.

자세한 내용은 QR 코드를 스캔하여 웹사이트를 방문하거나 라이브 채팅을 통해 **직접 문의**할 수 있습니다.



월요일~금요일: 오전 9시-오후 5시
주말 및 공휴일 휴무

시작하려면 1300 375 330 으로 전화하세요.

www.partnersinwellbeing.org.au

통역 서비스 및 번역

이 정보를 이해하는데 도움이 필요하면
1300 375 330 으로 전화하세요.



우리는 우리가 사는 이 땅의 전통적인 소유주를 인정하고 과거, 현재, 그리고 미래의 원주민 원로들에게 경의를 표합니다.

