

headspace Collingwood

Tại headspace Collingwood chúng tôi cung cấp nhiều chương trình, dịch vụ và hỗ trợ cho thanh thiếu niên 12 - 25 tuổi về những vấn đề có thể đang ảnh hưởng tới sức khỏe và an sinh của bạn. Để tìm hiểu về tất cả các dịch vụ, chương trình, buổi họp nhóm và hoạt động hiện có – hay để đặt hẹn – bạn có thể gọi điện, gửi email hoặc ghé qua văn phòng. Bạn cũng có thể nhờ bạn bè hay người thân, nhân viên y tế hay dịch vụ cộng đồng khác đặt hẹn cho bạn.

Những điều bạn cần biết:

Các dịch vụ ở headspace Collingwood là dành cho thanh thiếu niên **12 - 25** tuổi.

Tất cả mọi dịch vụ ở headspace Collingwood đều là **tự nguyện, bảo mật và MIỄN PHÍ**.

Ai có thể liên hệ/giới thiệu?

Thanh thiếu niên có thể tự giới thiệu mình bằng cách gọi điện cho chúng tôi. Cha mẹ/bạn bè và người chăm sóc cũng có thể liên hệ nếu họ đang hỗ trợ thanh thiếu niên đó.

Giờ mở cửa: 10 giờ sáng - 6 giờ tối thứ Hai đến thứ Sáu

headspace Collingwood nằm tại Lầu 1 và có thể đi xe lăn bằng đường dốc và thang máy.

Chúng tôi có thể giúp về

Sức khỏe tâm thần

Chúng tôi có thể giúp nếu bạn:

- cảm thấy buồn nản
- căng thẳng hay lo lắng thường xuyên
- gặp vấn đề hay khó khăn về mối quan hệ với gia đình hay bạn bè
- muốn nói chuyện về bản năng giới tính hay bản dạng giới
- chỉ không cảm thấy bình thường, hoặc nếu bạn nhận thấy có thay đổi trong suy nghĩ, cảm xúc hay hành vi của mình.

Sức khỏe thể chất và tình dục

Các trung tâm headspace có bác sĩ và y tá thân thiện với thanh thiếu niên, có thể giúp bạn với các vấn đề liên quan đến:

- bất kỳ vấn đề nào về sức khỏe thể chất
- ngừa thai và sức khỏe tình dục
- dùng ma túy hay rượu bia.

Công việc, trường học và học tập

Chúng tôi có thể giúp nếu bạn:

- gặp khó khăn ở trường hoặc nơi làm việc và cảm thấy lo âu hoặc căng thẳng
- không biết nên theo học khoá học nào

- cần giúp viết sơ yếu lý lịch
- tìm việc làm.

Rượu bia và các loại ma túy khác

Rượu bia và các loại ma túy khác có thể ảnh hưởng tới những điều quan trọng đối với bạn, như sức khoẻ tâm thần, an sinh hay tình bạn. Nếu bạn đang gặp khó khăn, chúng tôi có thể hỗ trợ bạn để đưa mọi chuyện trở lại bình thường.

Quyền riêng tư và Bảo mật

Quyền riêng tư của bạn rất quan trọng đối với chúng tôi. Chúng tôi sẽ không chia sẻ bất kỳ thông tin nào của bạn nếu không được bạn đồng ý. Bất kỳ thông tin nào về bạn đều được giữ an toàn và chỉ nhân viên trực tiếp liên quan đến việc chăm sóc bạn mới được truy cập. Thời gian bạn gặp headspace là tập trung vào nhu cầu và mong muốn của bạn. Chúng tôi là dịch vụ tự nguyện, vì vậy, chúng tôi chỉ làm những gì bạn đồng ý. Khi đăng ký gặp headspace Collingwood, bạn sẽ được hỏi bạn muốn nhận được lời nhắc về cuộc hẹn theo cách nào và yêu cầu cho biết tên của người liên lạc trong trường hợp khẩn cấp. Người này sẽ là đầu mối liên hệ của chúng tôi nếu chúng tôi lo ngại về sự an toàn của bạn vào bất kỳ lúc nào. Nhân viên gặp bạn tại headspace sẽ hỏi xem bạn có muốn chia sẻ thông tin về việc chăm sóc bạn không. Bạn có thể chọn chia sẻ thông tin với người thân, bạn bè, nhân viên hỗ trợ hay chuyên viên y tế khác.

Chi tiết liên lạc:

Lầu 1, 16 Lulie St Abbotsford, VIC 3067

Toà nhà Câu lạc bộ Xã hội Victoria Park, Góc đường Lulie và Abbott Streets.

Điện thoại: 03 9417 0150

Trang mạng: headspace.org.au/Collingwood

Email reception@collingwoodheadspace.org.au