

headspace Collingwood

在 headspace Collingwood，我们为 12-25 岁的年轻人提供各种项目、服务和支持，以针对可能正在影响他们身心健康的问题。要了解有哪些服务、项目、小组座谈和活动或约一个时间，你可以打电话、发电子邮件或随时来。你还可以请朋友、家人、健康工作人员或其它社区服务机构代你预约。

你需要知道：

headspace Collingwood 的服务面向 12-25 岁的年轻人。

headspace Collingwood 的所有服务都是义务提供，保密而且免费。

谁可以联络/转介？

年轻人可以自己给我们打电话。正在支持年轻人的家长/朋友/照顾者也可以主动联系。

开门时间：星期一至星期五上午 10 点—下午 6 点。

headspace Collingwood 在一层，轮椅可以通过坡道和电梯进入。

我们可以提供的帮助：

精神健康问题

如果你有以下状况，我们可以提供帮助：

- 情绪低落
- 很多时间都觉得紧张或忧虑
- 与家人或朋友的关系出现问题或困难
- 想要讨论性观念或性别身份方面的问题
- 只是感觉不正常，或你注意到自己思想、感觉或行为的变化。

身体健康和性健康

headspace 中心的医生和护士对年轻人友好，可以协助你应对以下问题：

- 任何身体健康问题
- 避孕和性健康
- 药物或酒精使用问题。

工作、学校和学习

如果你有以下状况，我们可以提供帮助：

- 在学校或工作上遇到困难，感到焦虑或压力
- 不确定你要学什么课程
- 需要帮助写简历
- 找工作。

酒精和其它药物

酒精和其它药物会影响对你重要的事，比如精神健康、安康或友谊。如果你遇到困难，我们可以支持你让一切重归正轨。

隐私和保密

你的隐私对我们很重要。没有你的同意我们不会透露你的资料。我们会妥善保管你的资料，只有直接参与照护的工作人员可以接触这些资料。你来 headspace 是出自你的需要和欲望。我们是义务服务机构，所以我们只做你同意做的事。你在 headspace Collingwood 登记时我们会问你希望如何接收你的预约提醒通知，我们还会请你提供一个紧急联系人的名字。如果什么时候我们担心你的安全问题，我们会与此人联系。你在 headspace 见的工作人员会问你是否愿意披露你的照护信息。你可以选择与家人、朋友、其它支持员工或健康专业人士分享信息。

联系方式:

Level 1, 16 Lulie St Abbotsford, VIC 3067

Victoria Park Social Club Building, Lulie 街和 Abbott 街的拐角处。

电话: 03 9417 0150

网址: headspace.org.au/Collingwood

电邮: reception@collingwoodheadspace.org.au