



Kung ikaw ay 16 na taong-gulang o higit pa, o nag-aalaga ng taong nasa ganitong edad, ang Community Living Well kung gayon ay isang bagong serbisyo na nag-aalok sa iyo ng kakaibang uri ng suporta para sa iyong mga pangangailangan sa kalusugang pangkaisipan.



Nag-aalok ang Community Living Well ng madaling pag-access sa:

- Impormasyon kung paano aalagaan ang iyong kalusugan at kagalingang pangkaisipan, kabilang na ang online na suporta
- Mga lokal na workshop, panlipunan at pisikal na mga aktibidad at one-to-one na suporta kasama ang ibang mga taong kapareho ng iyong karanasan
- Suporta para makahanap o manatili sa trabaho o makahanap ng mga pagkakataong makapagboluntaryo.
- Tulong sa mga isyu tulad ng pabahay at mga benepisyo
- Mga sikolohikal na therapy na layuning tulungan kung ikaw ay stressed, nababagabag o mababa ang mood. Maaari rin naming tulungan ang mga indibidwal na nag-aadjust sa pagkakaroon ng bagong sanggol o mga nangangailangan ng tulong na makapamuhay kaakibat ang kanilang pangmatagalang kondisyon
- Suporta mula sa mga manggagagawa na espesyalista sa kalusugang pangkaisipan.

www.communitylivingwell.co.uk

020 3317 4200 | cnw-tr.clw@nhs.net