



Kailangan mo ba ng suporta upang mapabuti ang iyong kalusugan at kagailingang pangkaisipan?

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

Pinagsasama nito ang mga tao mula sa iyong lokal na NHS, boluntaryong sektor at mga lokal na grupo sa komunidad sa iisang serbisyo, na siyang tutulong sa iyo at sa iyong GP na makuha ang suportang iyong kinakailangan.

Ano ang mga benepisyo nito?

Ang Community Living Well ay nag-aalok ng madaling pag-access sa iba't ibang uri ng mga serbisyong pangkagalingan at klinikal sa isang lugar, kabilang ang:

- Impormasyon kung paano aalagaan ang iyong kalusugan at kagailingang 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

Nag-aalok rin kami ng:

- Mga sikolohikal na therapy na naglalayong makatulong 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 espesyalista sa kalusugang pangkaisipan.



Saan ko matatagpuan ang Community Living Well?

Matatagpuan ang aming mga serbisyo sa:

Violet Melchett Centre

30 Flood Walk
London
SW3 5RR

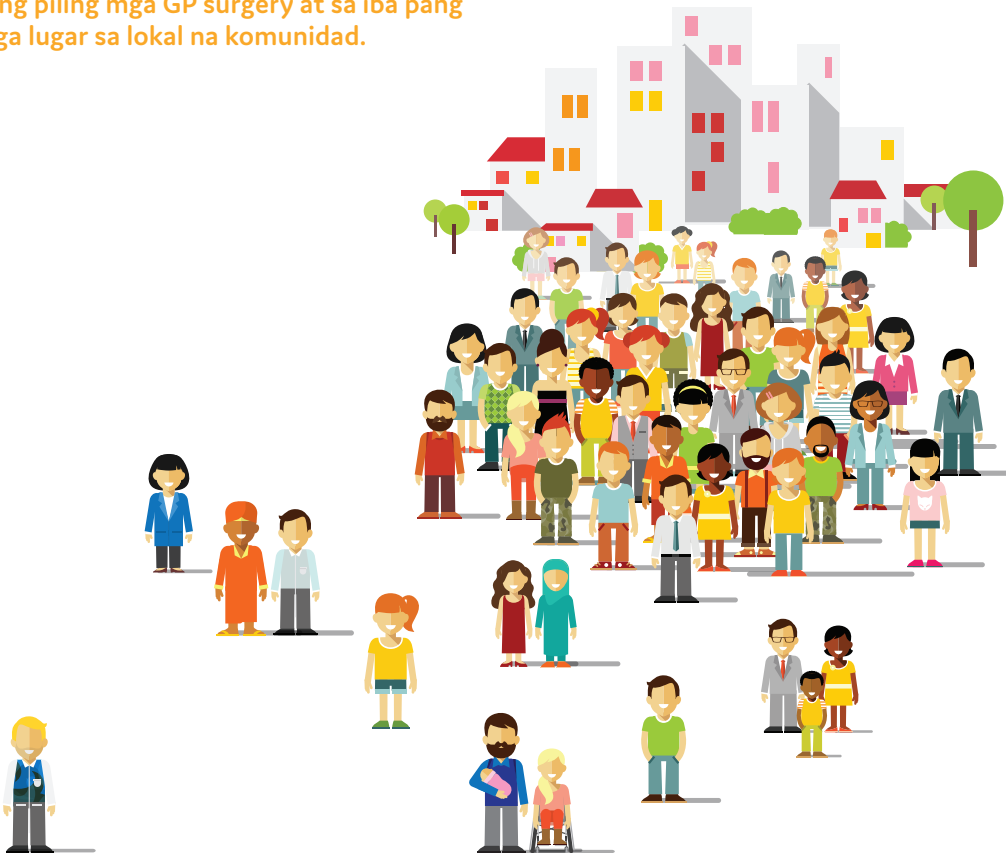
St Charles Centre for Health and Wellbeing

Exmoor Street
London
W10 6DZ

Gertrude St

15 Gertrude Street
London
SW10 0JN

Nagbibigay din kami ng mga serbisyo sa ilang piling mga GP surgery at sa iba pang mga lugar sa lokal na komunidad.



communitylivingwell.co.uk

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