

headspace Collingwood

我們 headspace Collingwood 為 12 至 25 歲面臨可能影響健康和福祉等事情的年輕人，提供一系列的計劃、服務和支持。欲了解所有可使用服務的資訊、計劃、團體和活動，或預約時間，您可以致電、寄送電郵給我們或親身到訪。您亦可以請朋友或家人、醫護人員或其他社區服務人員幫您預約。

您需要知道的事情：

headspace Collingwood 為 12 至 25 歲的年輕人提供服務。

headspace Collingwood 的所有服務都是自願參與性質、保密和免費的。

誰可以聯繫我們 / 作出轉介？

年輕人可直接致電聯繫我們。為年輕人提供支持的父母 / 朋友和照顧者亦可以聯繫我們。

開放時間：星期一至星期六上午 10 時至下午 6 時

headspace Collingwood 位於一樓，設有輪椅坡道和電梯。

我們可協助處理：

精神健康

如果您出現以下情況，我們可以提供幫助：

- 情緒低落
- 很多時候感到有壓力或擔心
- 與家人或朋友的關係出現問題或感到困難
- 想談論性或性別認同等問題
- 有異常感覺或留意到自己的想法、感受或行為出現變化。

身體和性健康

headspace centres 有專門協助年輕人的醫生和護士，他們可幫助您解決以下相關的問題：

- 任何身體健康問題
- 避孕和性健康
- 毒品或酒精使用。

工作、學校和學習

如果您出現以下情況，我們可以提供幫助：

- 難以適應學校或工作環境而感到焦慮或有壓力
- 無法確定自己想就讀什麼課程
- 需要協助來準備簡歷
- 尋找工作。

酒精和其他藥物

酒精和其他藥物可能會影響對您而言重要的事情，例如您的精神健康、福祉或友誼。如果您感到困擾，我們可以提供支持，協助您重回軌道。

私隱和保密

您的私隱對我們而言非常重要。我們不會未經您的同意而分享您的任何資料。關於您的任何資料都將會被以保密形式保存，只能由直接參與您護理的工作人員讀取。headspace 是一個關注您所需和所想的地方。我們的服務為自願參與，所以我們只會做您同意的事情。當您在 headspace Collingwood 登記時，系統會要求您輸入您希望如何接收預約提醒，並需要您提供緊急聯絡人的姓名。若我們在任何時候有擔心您安全的情況，該人將會是我們需要聯絡的人。協助您的 headspace 工作人員會詢問您是否希望分享有關您護理方面的資訊。您可以選擇與家人、朋友、其他支持人員或醫護人員分享資訊。

聯絡資料：

Level 1, 16 Lulie St Abbotsford, VIC 3067

Victoria Park Social Club Building, Cnr of Lulie and Abbott Streets.

電話：03 9417 0150

網站：headspace.org.au/Collingwood

電郵：reception@collingwoodheadspace.org.au