



Tiêu chuẩn để giới thiệu tới là:

- Từ 0 đến 18 tuổi
- Sống trong thành phố Swan
- Tối thiểu phải có một người đã trưởng thành muốn ủng hộ và lôi kéo thanh thiếu niên này tham gia vào chương trình
- Thanh thiếu niên này thoả thuận sẽ tham gia vào chương trình

Chúng tôi nhận các giới thiệu do các cơ quan y tế, các trường học, các thành viên trong gia đình, hay các thanh thiếu niên đang tìm kiếm để được giúp đỡ gửi tới.

Nếu quý vị hay gia đình cần phải tranh luận vấn đề đến cùng, xin làm ơn liên lạc với đội ngũ thân thiện của chúng tôi.

Điện thoại: (08) 9427 7100  
Email: info@talkitout.org.au



helping minds

Mental Health Services & Carer Support  
Các Dịch Vụ Y Tế Tâm Thần & Ủng Hộ cho các Người Chăm Sóc

## Tìm hiểu thêm về Talk It Out

(Tranh Luận Vấn Đề Đến Cùng)

P: (08) 9427 7100

E info@helpingminds.org.au

W: www.helpingminds.org.au



helping minds

Mental Health Services & Carer Support  
Các Dịch Vụ Y Tế Tâm Thần & Ủng Hộ cho các Người Chăm Sóc

## Talk It Out

(Tranh Luận Vấn Đề Đến Cùng)

Dịch Vụ Y Tế Tâm Thần Ủng Hộ cho Gia Đình  
(FMHSS)



Talk It Out (Tranh Luận Vấn Đề Đến Cùng) là một Dịch Vụ Y Tế Tâm Thần Ủng Hộ cho Gia Đình được Bộ Dịch Vụ Xã Hội của Chính Phủ Úc tài trợ



Ủng hộ cho các trẻ con và gia đình sống trong vùng thành phố Swan được có một đời sống tình cảm lành mạnh.



## Talk It Out (Tranh Luận Vấn Đề Đến Cùng) - Dịch Vụ Y Tế Tâm Thần Ủng Hộ cho Gia Đình (FMHSS)

Mỗi gia đình đều độc nhất vô nhị với các trạng huống, các kinh nghiệm, các hy vọng và mảnh lược khác nhau. Đôi khi vài gia đình cần được giúp đỡ một tay và ở đây có Talk It Out để giúp đỡ trong những lãnh vực có thể giúp được.

Talk It Out là một dịch vụ miễn phí cho những ai trong cỡ tuổi 0 - 18 đang bị khó khăn trong đời sống hay có nguy cơ phát triển một vấn đề y tế tâm thần. Một cách tiếp xúc dè dặt toàn diện được xử dụng với đứa trẻ hay thanh thiếu niên này để khám phá ra được các mục tiêu và các khía cạnh vững mạnh trong đời sống của chúng.

Talk It Out được Bộ Dịch Vụ Xã Hội của Chính Phủ Úc tài trợ.

## Ủng Hộ Cho Cá Nhân

Các nhân viên có thể ủng hộ cho các trẻ em và thanh thiếu niên để nhận ra được các lãnh vực bền mạnh và các lo âu trong đời sống của chúng.

Các ủng hộ gồm có:

- Cố vấn thân mật không nghi thức, và thầy hướng dẫn dầy kinh nghiệm
- Giúp để tham gia vào các nhóm trong xã hội hay cộng đồng
- Bênh vực, thông tin, và giáo huấn cho thanh thiếu niên và gia đình của chúng
- Cộng tác và phối hợp với các tổ chức khác trong cộng đồng
- Giới thiệu tới các dịch vụ khác nếu cần thiết
- Ủng hộ vượt xa tới một địa điểm được thoả thuận trong cộng đồng

Điện thoại: (08) 9427 7100  
Email [info@talkitout.org.au](mailto:info@talkitout.org.au)

## Ủng Hộ Cho Nhóm

Để phát triển việc tham gia của cộng đồng và nhà trường, đội ngũ Talk It Out tổ chức các hội thảo chuyên môn để tạo ra một môi trường nuôi dưỡng, vui thú, nơi các thanh thiếu niên có thể tụ họp ở một chỗ an toàn trong cộng đồng để tập tành cho có khả năng và đạt được các mục tiêu.

Mỗi hội thảo chuyên đề được dựa theo các nhu cầu văn hóa đặc biệt của cộng đồng, và có thể được lựa chọn mềm dẻo tùy theo các sở thích hay nhu cầu khác nhau của các thanh thiếu niên.

Những đề tài được nhiều người quan tâm tới có thể gồm có:

- Gia đình và các mối liên hệ
- An toàn tại gia, ở trường, và trong cộng đồng
- Các kỹ năng để đối phó
- Hiểu và kiểm chế được sự hung hăng
- Y tế tâm thần và săn sóc bản thân
- Xây dựng tinh thần tự trọng
- Chế ngự tình cảm và cảm giác
- Bắt nạt và giải quyết các mâu thuẫn

Có một thắc mắc muốn hỏi? Có một vấn đề gì à? Có cần ai khuyên không?

Chúng ta nên tranh luận vấn đề đến cùng