

# 关爱心理健康 和幸福感



## 为您寻求适当帮助

最新发布的“关爱心理健康”指南中说明了社区提供的心理健康支持类型。

此外,您还可以在线访问 [nwmphn.org.au/mymentalhealth](http://nwmphn.org.au/mymentalhealth), 获取一系列当地支持和服务

如果您希望立即向人求助,请致电 1800 595 212联系 Head to Health, 或访问 [headtohealthvic.org.au](http://headtohealthvic.org.au)

**phn**  
NORTH WESTERN  
MELBOURNE

An Australian Government Initiative