

# Culture Care

Tăng cường Sức khỏe Tinh thần của  
Người chăm sóc

**Nếu quý vị đang chăm sóc người bị căng thẳng hoặc suy nhược sức khỏe tâm thần, quý vị có thể là người chăm sóc.**



**Chúng tôi có thể giúp quý vị:**

- Quản lý căng thẳng và lo âu
- Tìm hỗ trợ, dịch vụ và thông tin
- Cảm thấy được hỗ trợ trong vai trò người chăm sóc

 **1300 079 020**

Hoạt động từ Thứ Hai đến Thứ Sáu,  
9 giờ sáng - 4 giờ 30 chiều



**World  
Wellness  
Group**

