

# கலாசாரப் பராமரிப்பு

உள நல்வாழ்வில், பராமரிப்பாளர்களுக்கு  
வலுவூட்டல்

மன அழுத்தத்திற்கு ஆளான, அல்லது  
பலவீனமான உள ஆரோக்கியம் உடைய  
யாரேனும் ஒருவரை நீங்கள் பராமரித்து  
வந்தால், நீங்கள் ஒரு பராமரிப்பாளராவீர்கள்.



பின்வருவனவற்றில் எம்மால் உங்களுக்கு  
உதவ இயலும்:

- உங்களின் மனவழுத்தம் மற்றும்  
கவலைகளைச் சமாளிக்க
- ஆதரவு, சேவைகள் மற்றும் தகவல்கள்  
போன்றவற்றைக் கண்டறிய
- நீங்கள் ஒரு பராமரிப்பாளர் என்ற வகையில்,  
உங்களுக்கு உதவிகள் கிடைக்கின்றன என்ற  
உணர்வை உங்களுக்கு ஏற்படுத்த

☎ 1300 079 020

திறந்திருக்கும் நேரம் - திங்கள் முதல்  
வெள்ளிவரை காலை 9 மணியிலிருந்து  
மாலை 4:30 வரை



Interpreter



**World  
Wellness  
Group**



**ARAFMI**

*you are not alone*