

Contents

Chúng tôi cung cấp đa dạng các dịch vụ chuyên biệt để hỗ trợ trẻ em, thanh thiếu niên và gia đình của họ ở các giai đoạn khác nhau trong cuộc đời.....	2
những âu lo ban đầu.....	3
headspace Bairnsdale.....	5
headspace Sale	6
headspace Wonthaggi	7
I like, like you	9

Chúng tôi cung cấp đa dạng các dịch vụ chuyên biệt để hỗ trợ trẻ em, thanh thiếu niên và gia đình của họ ở các giai đoạn khác nhau trong cuộc đời.

Chúng tôi không cung cấp dịch vụ xử lý khủng hoảng, nếu cần giúp đỡ khẩn cấp, vui lòng liên hệ **Đường dây Trợ giúp dành cho Trẻ em** theo số **1800 55 1800**.

Là một phần trong các dịch vụ dành cho gia đình, chúng tôi cung cấp một loạt các chương trình hỗ trợ gia đình và hỗ trợ nuôi dạy con cái bao gồm các hội thảo về kỹ năng làm cha mẹ.

Chúng tôi cam kết:

- làm việc theo các biện pháp bảo vệ với cả cộng đồng, chẳng hạn như trong trường học hay trung tâm sức khỏe bà mẹ và trẻ em
- làm việc theo cách can thiệp sớm để hỗ trợ các cá nhân và gia đình duy trì những mối quan hệ lành mạnh
- cung cấp dịch vụ chất lượng cao cho các gia đình bị ảnh hưởng bởi những trở ngại khó khăn trong cuộc sống, ví dụ như về mặt sức khỏe tinh thần hoặc tình cảm, bạo lực gia đình hoặc các tổn thương khác.

Chúng tôi thường yêu cầu sự đồng ý của cha mẹ để làm việc với trẻ em dưới 18 tuổi, nhưng trong một số trường hợp nhất định, có thể làm việc trực tiếp những người từ 15 đến 17 tuổi mà không cần thông qua cha mẹ. Trong những trường hợp này, thanh thiếu niên cần có khả năng hiểu dịch vụ sẽ được cung cấp và đưa ra sự đồng ý của họ.

Đọc thêm về các dịch vụ dành cho trẻ em và gia đình

những âu lo ban đầu

Thúc đẩy và hỗ trợ các mối quan hệ gia đình lành mạnh, an toàn thông qua những chương trình giáo dục dành cho cha mẹ và trẻ em ở Ballarat và Sunshine.

headspace Bairnsdale

Thông qua trung tâm headspace Bairnsdale, chúng tôi tự hào được hỗ trợ toàn diện về hạnh phúc an yên cho những người trẻ tuổi

headspace Sale

Thông qua dịch vụ tại headspace Sale, chúng tôi tự hào được hỗ trợ toàn diện về hạnh phúc an yên cho những người trẻ tuổi.

headspace Wonthaggi

Thông qua trung tâm headspace Wonthaggi, chúng tôi tự hào được hỗ trợ toàn diện về sức khỏe tinh thần và hạnh phúc cho những người trẻ tuổi ở Bass Coast và South Gippsland.

i-Connect

Dịch vụ Hỗ trợ Sức khỏe Tinh thần Gia đình tại East Gippsland.

I like, like you

Chương trình bảo vệ dành cho các trường tiểu học và trung học nhằm thúc đẩy sự kết nối giữa các mối quan hệ lành mạnh với cảm xúc và hạnh phúc.

Các dịch vụ và tài nguyên khác

- [Tư vấn trẻ em, cha mẹ và gia đình](#)
- [Giải quyết tranh chấp trong gia đình \(hòa giải\)](#)
- [Chương trình về nuôi dạy con trẻ và làm cha mẹ](#)
- [Tài nguyên dành cho cha mẹ/người chăm sóc, trẻ em và thanh thiếu niên](#)

những âu lo ban đầu

Chương trình *những âu lo ban đầu* của chúng tôi góp phần thúc đẩy và hỗ trợ các mối quan hệ gia đình lành mạnh, an toàn thông qua các chương trình giáo dục dành cho cha mẹ và trẻ em, và Dịch vụ Tiếp cận / Thăm hỏi Tận nhà.

Chúng ta hiểu rằng có những thời điểm các mối quan hệ trong gia đình có thể gặp khó khăn ở những giai đoạn chuyển đổi quan trọng trong cuộc đời, có thể là:

- sinh con
- trẻ bắt đầu vào mẫu giáo, tiểu học hoặc trung học
- ly thân hoặc ly hôn
- quyết định đi bước nữa
- thành viên trong gia đình qua đời.

Thậm chí ngay lúc này, mỗi gia đình cũng đang phải đối mặt với các thách thức bổ sung do đại dịch COVID-19.

Với tất cả những sự thay đổi này, chúng tôi tin rằng điều quan trọng là phải sớm nói chuyện với nhau.

Chúng tôi được Bộ Dịch vụ Xã hội của Chính phủ Úc tài trợ để cung cấp các chương trình giải quyết những âu lo ban đầu đặc biệt cho các gia đình ở Ballarat (Wendouree, Miners Rest và Ballarat South) và Sunshine (Delahey và Kings Park).

Chương trình tập thể

Chúng tôi cung cấp hàng loạt các chương trình tập thể trong các dịch vụ phổ cập như nhà trẻ, trường tiểu học, bệnh viện, dịch vụ sức khỏe bà mẹ và trẻ em và các nhóm vui chơi.

Đọc thêm về các chương trình tập thể trong [tờ rơi về những âu lo ban đầu \[PDF 823KB\]](#) hoặc đăng ký tham gia chương trình sắp tới thông qua các liên kết bên dưới.

[Xem tất cả chương trình về nuôi dạy con và làm cha mẹ](#)

Dịch vụ Tiếp cận / Thăm hỏi Tận nhà

Dịch vụ Tiếp cận / Thăm hỏi Tận nhà của chúng tôi cung cấp cho các gia đình từ một đến bốn buổi can thiệp ngắn hạn để hỗ trợ giải quyết mối quan tâm lớn nhất hoặc thách thức quan trọng nhất của họ.

Dịch vụ của chúng tôi:

- thúc đẩy sự phát triển lành mạnh của trẻ em toàn diện về cả thể chất và tinh thần.
- thúc đẩy các phương pháp nuôi dạy con nhằm tăng cường mối quan hệ gia đình lành mạnh và an toàn.
- hoạt động để hỗ trợ các gia đình nhằm giảm thiểu khả năng yêu cầu sự can thiệp của các dịch vụ thứ ba, chẳng hạn như các tổ chức bảo vệ trẻ em.
- sử dụng phương pháp tiếp cận dựa trên thế mạnh, lấy gia đình làm trung tâm để hỗ trợ gia đình dựa trên những gì họ cho là quan trọng với chính họ.

Tiêu chí giới thiệu cho chương trình *những âu lo ban đầu*

- Gia đình phải có một hoặc nhiều trẻ em dưới 12 tuổi.
- Gia đình không được tham gia tích cực vào việc bảo vệ trẻ em. Khi có liên quan đến việc bảo vệ trẻ em, chương trình những âu lo ban đầu có thể sắp xếp các buổi tư vấn thứ cấp và các lộ trình giới thiệu.
- Các thành viên gia đình hiện có vấn đề về sức khỏe tinh thần hoặc sử dụng chất kích thích, hoặc có tiền sử bạo lực gia đình sẽ được đánh giá về mức độ phù hợp với các dịch vụ về những âu lo ban đầu. Nếu dịch vụ về những âu lo ban đầu không phù hợp, chúng tôi có thể hỗ trợ các gia đình bằng việc giới thiệu đến các dịch vụ khác.
- Việc sử dụng dịch vụ phải là tự nguyện, không do tòa án chỉ định.

Liên hệ với chúng tôi

- Email: earlymatters@rav.org.au
- Điện thoại tại Ballarat: [\(03\) 5337 9222](tel:(03)53379222)
- Điện thoại tại Sunshine: [\(03\) 9313 0444](tel:(03)93130444)

headspace Bairnsdale

Chúng tôi là tổ chức hàng đầu đại diện cho trung tâm headspace ở Bairnsdale, Victoria.

headspace là Tổ chức Sức khỏe Tinh thần Quốc gia dành cho Thanh thiếu niên, cung cấp các dịch vụ sức khỏe tinh thần can thiệp sớm cho thanh thiếu niên từ 12 đến 25 tuổi tại hơn 110 trung tâm trên khắp nước Úc, thông qua dịch vụ hỗ trợ quốc gia eheadspace bao gồm cả hai hình thức trực tuyến và điện thoại.

Các trung tâm headspace hoạt động như một cửa hàng tổng hợp, cung cấp hỗ trợ miễn phí (hoặc chi phí thấp) cho những người trẻ tuổi cần giúp đỡ về sức khỏe tinh thần, sức khỏe thể chất (bao gồm cả tình dục lành mạnh), rượu và các loại ma túy khác hoặc hỗ trợ công việc và học tập.

Mục đích chính của các trung tâm headspace là đảm bảo những đối tượng thanh thiếu niên có thể tiếp cận với những nhân viên y tế chuyên nghiệp trong môi trường an toàn, bí mật và thân thiện với họ.

headspace cam kết đón nhận sự đa dạng và xóa bỏ mọi hình thức phân biệt đối xử trong việc cung cấp các dịch vụ sức khỏe. Chúng tôi chào đón tất cả mọi người không phân biệt dân tộc, lựa chọn lối sống, đức tin, khuynh hướng tình dục và bản dạng giới.

Các dịch vụ miễn phí và riêng tư của chúng tôi

- Dịch vụ sức khỏe tinh thần
- Dịch vụ sức khỏe tổng quát và tình dục
- Giúp đỡ các mối quan hệ
- Tư vấn trị liệu, ma túy và rượu
- Tham vấn tâm thần
- Hướng nghiệp
- Trợ giúp tìm kiếm việc làm
- Dịch vụ sức khỏe và hạnh phúc

Hiệp hội headspace Bairnsdale/Sale

Hoạt động của headspace Bairnsdale được triển khai thông qua sự hợp tác và đóng góp của số đông các nhà cung cấp dịch vụ địa phương do Tổ chức Quan hệ Úc - Bang Victoria lãnh đạo, hình thành nên Hiệp hội headspace Bairnsdale/Sale, bao gồm:

- Tổ chức Quan hệ Úc - Bang Victoria
- Tổ chức Quản lý Con người Cấp tiến (APM)
- Tổ chức Hỗ trợ Cộng đồng Úc (ASCO) Traralgon
- Trung tâm Chống Tấn công Tình dục Gippsland (GCASA)
- Sức khỏe Toàn diện Hồ Gippsland
HeadtoHelp
- Bệnh viện Khu vực Latrobe (LRH)
- Hội đồng Thổ dân Moogji East Gippsland
- Dịch vụ Hỗ trợ Quantum
- Hội đồng Quận Wellington
tại nước Úc
- Youth InSearch
- Dịch vụ Hỗ trợ và Ủng hộ Thanh thiếu niên (YSAS).

headspace Bairnsdale ghi nhận hỗ trợ tài chính và những hỗ trợ khác từ Mạng lưới Y tế Trọng điểm Gippsland và Bộ Y tế.

Liên kết hữu ích

- [Theo dõi chúng tôi trên Instagram](#)
- [Theo dõi chúng tôi trên Facebook](#)
- [Trang web tổ chức RAV](#)
- [Tham khảo thông tin headspace](#)
- [Truy cập tài nguyên miễn phí](#)

headspace Sale

Chúng tôi là tổ chức hàng đầu đại diện cho dịch vụ headspace vệ tinh ở Sale, Victoria.

headspace là Tổ chức Sức khỏe Tinh thần Quốc gia dành cho Thanh thiếu niên, cung cấp các dịch vụ sức khỏe tinh thần can thiệp sớm cho thanh thiếu niên từ 12 đến 25 tuổi tại hơn 110 trung tâm trên khắp nước Úc, thông qua dịch vụ hỗ trợ quốc gia eheadspace bao gồm cả hai hình thức trực tuyến và điện thoại.

Các trung tâm headspace hoạt động như một cửa hàng tổng hợp, cung cấp hỗ trợ miễn phí (hoặc chi phí thấp) cho những người trẻ tuổi cần giúp đỡ về sức khỏe tinh thần, sức khỏe thể chất (bao gồm cả tình dục lành mạnh), rượu và các loại ma túy khác hoặc hỗ trợ công việc và học tập.

Mục đích chính của các trung tâm headspace là đảm bảo những đối tượng thanh thiếu niên có thể tiếp cận với những nhân viên y tế chuyên nghiệp trong môi trường an toàn, bí mật và thân thiện với họ.

headspace cam kết đón nhận sự đa dạng và xóa bỏ mọi hình thức phân biệt đối xử trong việc cung cấp các dịch vụ sức khỏe. Chúng tôi chào đón tất cả mọi người không phân biệt dân tộc, lựa chọn lối sống, đức tin, khuynh hướng tình dục và bản dạng giới.

Các dịch vụ miễn phí và riêng tư của chúng tôi

- Dịch vụ sức khỏe tinh thần
- Dịch vụ về rượu và ma túy
- Dịch vụ làm việc và học tập

Hiệp hội headspace Bairnsdale/Sale

Dịch vụ vệ tinh headspace Sale được quản lý và điều hành bởi trung tâm chủ quản [headspace Bairnsdale](#), trực thuộc tổ chức chính là Quan hệ Úc - Bang Victoria, hợp tác với một loạt các nhà cung cấp dịch vụ địa phương, bao gồm cả Hiệp hội headspace Bairnsdale/Sale.

- Tổ chức Quan hệ Úc - Bang Victoria
- Tổ chức Quản lý Con người Cấp tiến (APM)
- Tổ chức Hỗ trợ Cộng đồng Úc
- Tổ chức Hỗ trợ Cộng đồng Úc (ASCO) Traralgon
- Trung tâm Chống Tấn công Tình dục Gippsland (GCASA)
- Sức khỏe Toàn diện Hồ Gippsland
- HeadtoHelp
- Bệnh viện Khu vực Latrobe (LRH)
- Hội đồng Thổ dân Moogji East Gippsland
- Dịch vụ Hỗ trợ Quantum
- Hội đồng Quận Wellington
- tại nước Úc
- Youth InSearch
- Dịch vụ Hỗ trợ và Ủng hộ Thanh thiếu niên (YSAS).

headspace Sale ghi nhận hỗ trợ tài chính và những hỗ trợ khác từ Mạng lưới Y tế Trọng điểm Gippsland và Bộ Y tế thuộc Chính phủ Úc.

Liên kết hữu ích

- [Theo dõi chúng tôi trên Instagram](#)
- [Theo dõi chúng tôi trên Facebook](#)
- [Trang web tổ chức RAV](#)
- [Tham khảo thông tin headspace](#)
- [Truy cập tài nguyên miễn phí](#)

headspace Wonthaggi

Chúng tôi là đơn vị hàng đầu cung cấp các dịch vụ headspace cho thanh thiếu niên trên khắp Bass Coast và South Gippsland tại Victoria, bao gồm cả thông qua Trung tâm headspace Wonthaggi.

headspace là Tổ chức Sức khỏe Tinh thần Quốc gia dành cho Thanh thiếu niên, cung cấp các dịch vụ sức khỏe tinh thần can thiệp sớm cho thanh thiếu niên từ 12 đến 25 tuổi tại hơn 110 trung tâm trên khắp nước Úc, thông qua dịch vụ hỗ trợ quốc gia eheadspace bao gồm cả hai hình thức trực tuyến và điện thoại.

Các trung tâm headspace hoạt động như một cửa hàng tổng hợp, cung cấp hỗ trợ miễn phí (hoặc chi phí thấp) cho những người trẻ tuổi cần giúp đỡ về sức khỏe tinh thần, sức khỏe thể chất (bao gồm cả tình dục lành mạnh), rượu và các loại ma túy khác hoặc hỗ trợ công việc và học tập.

Mục đích chính của các trung tâm headspace là đảm bảo những đối tượng thanh thiếu niên có thể tiếp cận với những nhân viên y tế chuyên nghiệp trong môi trường an toàn, bí mật và thân thiện với họ.

headspace cam kết đón nhận sự đa dạng và xóa bỏ mọi hình thức phân biệt đối xử trong việc cung cấp các dịch vụ sức khỏe. Chúng tôi chào đón tất cả mọi người không phân biệt dân tộc, lựa chọn lối sống, đức tin, khuynh hướng tình dục và bản dạng giới.

headspace Wonthaggi cung cấp các dịch vụ từ trung tâm chính ở Wonthaggi, kết hợp với năm địa điểm vệ tinh ở Cowes, Foster, Korumburra, Leongatha và Wonthaggi.

Các dịch vụ miễn phí và riêng tư của chúng tôi

- Hỗ trợ sức khỏe tinh thần
- Dịch vụ sức khỏe tổng quát và tình dục
- Hỗ trợ công việc và học tập
- Giúp đỡ các mối quan hệ
- Phòng khám đa khoa
- Tư vấn tẩm công tình dục
- Tư vấn tổng quát
- Giấy giới thiệu và xét nghiệm ma túy, rượu
- Làm việc nhóm
- Hỗ trợ người khuyết tật
- Tư vấn gia đình
- Hướng nghiệp
- Trợ giúp tìm kiếm việc làm
- Dịch vụ sức khỏe và hạnh phúc

Hiệp hội headspace Wonthaggi

Hoạt động của headspace Wonthaggi được triển khai thông qua sự hợp tác và đóng góp của số đông các nhà cung cấp dịch vụ địa phương do RAV lãnh đạo, hình thành nên Hiệp hội headspace Wonthaggi, bao gồm:

- Tổ chức Quan hệ Úc - Bang Victoria
- Bệnh viện Khu vực Latrobe
- Tổ chức Wellways
- Tổ chức Quản lý Con người Cấp tiến
- Tổ chức Hỗ trợ Cộng đồng Úc
- Dịch vụ Hỗ trợ Quantum
- Trung tâm Chống Tấn công Tình dục Gippsland
- Dịch vụ Hỗ trợ và Ủng hộ Thanh thiếu niên
- Dịch vụ Y tế Bờ biển Bass
- Sở Giáo dục và Đào tạo
- Bệnh viện South Gippsland
- Tập thể Y khoa Wonthaggi
- Dịch vụ Chăm sóc Sức khỏe Leongatha
- Trung tâm Y tế Korumburra

headspace Wonthaggi ghi nhận hỗ trợ tài chính và những hỗ trợ khác từ Mạng lưới Y tế Trọng điểm Gippsland và Bộ Y tế thuộc Chính phủ Úc.

Liên kết hữu ích

- Theo dõi chúng tôi trên Instagram
- Theo dõi chúng tôi trên Facebook
- Trang web tổ chức RAV
- Tham khảo thông tin headspace
- Truy cập tài nguyên miễn phí

I like, like you

I like, like you: Chương trình về những quan hệ thân mật lành mạnh cho các trường trung học

I like, like you (ILLY) là chương trình can thiệp sớm về các mối quan hệ nhằm thúc đẩy sự kết nối giữa các mối quan hệ lành mạnh với cảm xúc và hạnh phúc.

Chương trình được thực hiện trên phạm vi toàn trường từ ba đến bốn tuần, với trọng tâm là phòng chống bạo lực và nâng cao sức khỏe tinh thần. ILLY giới thiệu cho thanh thiếu niên kiến thức, kỹ năng thực tế và thái độ thúc đẩy các mối quan hệ lành mạnh, trên cơ sở bình đẳng và tôn trọng.

Các chủ đề có thể bao gồm:

- thân thiết là gì
- một mối quan hệ an toàn và lành mạnh sẽ như thế nào
- cách để xác định khi bản thân đang ở trong mối quan hệ không an toàn
- thái độ có lợi và có hại cho các mối quan hệ
- những biện pháp thiết thực để duy trì sức khỏe tinh thần tốt
- cách quản lý cảm xúc tiêu cực và khắc phục sau xung đột
- an toàn công nghệ và các mối quan hệ
- cách tự giúp bản thân sau khi chia tay
- cách giúp đỡ một người bạn đang trong mối quan hệ không an toàn.

I like, like you - Upper Primary (ILLY UP): Chương trình về mối quan hệ lành mạnh dành cho các trường tiểu học.

ILLY UP là sự điều chỉnh của chương trình thành công và phổ biến nhất của chúng tôi dành cho cấp trung học, *I like, like you*.

Chương trình sử dụng phương pháp tiếp cận toàn trường để thúc đẩy sự kết nối giữa các mối quan hệ lành mạnh với cảm xúc và hạnh phúc. Sử dụng kết hợp các hoạt động, trò chơi và bài tập trải nghiệm, chương trình tập trung vào các chủ đề sau:

- **Tôi:** Cách tự chăm sóc bản thân và xác định đâu là một mối quan hệ lành mạnh.
- **Bạn:** Thực hành và học hỏi về các kỹ năng, kiến thức cần thiết để giao tiếp với những người thân thiết xung quanh.
- **Chúng ta:** Có thể cùng nhau chăm lo cho 'tôi' và 'bạn' để xây dựng mối quan hệ lành mạnh

Chương trình này được thiết kế để giúp trẻ em phát triển các mối quan hệ lành mạnh với bạn bè, anh chị em, giáo viên, hàng xóm và cha mẹ của chúng. Mọi mối quan hệ đều được hình thành từ yếu tố quan trọng.... TÔI, BẠN và CHÚNG TA và để xây dựng mối quan hệ lành mạnh, chúng tôi tin rằng cả ba nhóm đều cần được lưu tâm.

ILLY dành cho các cộng đồng đa dạng và các giai đoạn phát triển trong cuộc đời

Điểm mạnh của chương trình ILLY là tính linh hoạt. Ý tưởng cốt lõi về mối liên hệ giữa sức khỏe cảm xúc và các mối quan hệ lành mạnh có thể được điều chỉnh cho phù hợp với nhiều nhóm tuổi, giai đoạn phát triển của gia đình và cộng đồng.

Chương trình đã được điều chỉnh cho thanh thiếu niên từ 13-18 tuổi; học sinh trung học phổ thông; học sinh thiếu năng trí tuệ nhẹ; những người Thổ dân trẻ tuổi, người dân Quần đảo Eo biển Torres và những học sinh được chăm sóc ở môi trường ngoài gia đình. Ý tưởng cốt lõi của chương trình cũng sẽ được phát triển cho các bậc cha mẹ sau sinh và các cặp vợ chồng.

Liên hệ với chúng tôi

Để biết thêm thông tin về các chương trình ILLY hoặc ILLY UP, bao gồm cả cách điều chỉnh nội dung để đáp ứng nhu cầu của nhà trường và cho học sinh của bạn:

- Email illy@rav.org.au
- Điện thoại [\(03\) 8573 2222](tel:(03)85732222)

