

## 您是...

- 在英格蘭西南部或東南部定居，來自香港的 BNO 簽證持有者？
- 在英國定居時經歷壓力和焦慮？
- 您的健康和福祉受到困擾？
- 擔心日常生活或滿足您的個人需求？
- 對在英國建立新的社交網絡和支持體系感到苦惱？



## 聯絡我們



023 8063 0219 - Southampton

147 Shirley Road  
Southampton  
Hampshire  
SO15 3FH



01202 740044 - Bournemouth

52a Poole Road  
Westbourne  
Bournemouth  
Dorset  
BH4 9DZ



<https://optionswellbeing.co.uk/>



[support@optionscounselling.co.uk](mailto:support@optionscounselling.co.uk)

要取得聯絡，請填寫在我們網站上的聯絡表格，使用上述詳細信息致電我們或給我們發送電子郵件。

options  
wellbeing

FULLY  
FUNDED

## 為香港人提供福祉支持和輔導服務



如果您對這些問題中的任何一題回答“是”，Options WellbeingTrust 可以通過提供兩種類型的服務來幫助您：

**與合資格的輔導員通話的6 x 30 分鐘健康電話輔導**

**可通過電話、在線或親自在南安普敦 (Southampton) 或伯恩茅斯 (Bournemouth) 的治療中心進行6 x 50 分鐘的諮詢或心理治療課程**

經過初步評估後，您可以討論哪種服務最能滿足您的需求。您可能還覺得同時提供兩者都會對您有幫助。

**您想要在英國有空間來處理您的想法、解決問題和/或為您的福祉和未來設定目標嗎？**



**023 8063 0219 – SOUTHAMPTON**



**01202 740044 – BOURNEMOUTH**