

“วิธีจัดการกับ ปัญหาส่วนตัว”



ผมต้องส่งเงินกลับบ้านเดือนนี้
แต่ว่า...



วิน นายคุณีเรียลจัง มีอะไร
เล่าให้ผมฟังได้นะ หรือจะลองพูดคุยกับ
เจ้าหน้าที่ FAST ก็ได้

ระหว่างการพูดคุยกัน เจ้าหน้าที่
FAST พบว่าวินอยากได้รับความช่วย
เหลือในการส่งเงิน

แบบนี้... ใช้งานง่าย... ไม่มีค่าใช้จ่ายแฝง



นอกจากนี้ เจ้าหน้าที่ FAST
ยังแนะนำพยาบาล ACE
มาช่วยเหลือเรื่องอารมณ์ของวินด้วย

สวัสดีค่ะ วิน ตอนนี้คุณรู้สึกเป็นไงบ้าง



พยาบาลยังสอนทักษะจัดการ
ความเครียด รวมทั้งบอกว่าเขาจะขอ
ความช่วยเหลือได้อย่างที่ไหนบ้าง

ลองพูดคุยกับเจ้าหน้าที่ให้คำปรึกษาจาก
HealthServe หรือถ้ารู้สึกไม่สบายก็ควรไปพบ
แพทย์ที่ศูนย์การแพทย์ใกล้บ้านนะคะ



อย่าเก็บความทุกข์ไว้เพียงลำพัง
และขอความช่วยเหลือจากคนรอบตัวค่ะ



แจ้งขอ
ความช่วยเหลือ



พูดคุยกับ

เพื่อน เพื่อนร่วมห้อง หัวหน้างาน หรือเจ้าหน้าที่ FAST

โทรหา

ถ้าคุณรู้สึกหดหู่:

HealthServe (ให้บริการ 24 ชม.)

3129 5000

ถ้าคุณต้องการคำปรึกษาเกี่ยวกับเรื่องงาน:

ศูนย์บริการคนงานชาวต่างชาติ (ให้บริการ 24 ชม.)

6536 2692



MINISTRY OF
MANPOWER