



“Cách giải quyết các vấn đề cá nhân”

Cậu này, tháng này mình cần gửi tiền về nhà, cơ mà...



Win à, trông cậu căng thẳng thế. Nói đi mình nghe. Hay cậu có muốn nói chuyện với chuyên viên FAST không?

Trong khi trò chuyện, chuyên viên FAST biết rằng Win cần giúp gửi tiền.

Ứng dụng này... rất dễ sử dụng... không hề có phụ phí ngầm.



Chuyên viên FAST cũng tìm một y tá ACE giúp Win phần chần chừ.



Y tá cũng dạy Win kỹ năng ứng phó với căng thẳng và tìm nơi hỗ trợ.

Hãy thử nói chuyện với chuyên viên tư vấn của HealthServe, hoặc nếu thấy trong người không khỏe, anh hãy đến trung tâm y tế gần nhất.



Nhớ đừng dồn nén cảm xúc của mình.

Hãy cứ mở lòng với mọi người xung quanh để được giúp đỡ.



“Hãy cứ mở lòng.”



Hãy tâm sự với

bạn bè, bạn cùng phòng,
sếp hoặc chuyên viên FAST của bạn.

Hãy liên hệ

Nếu tâm trạng không ổn:
HealthServe (24 giờ)

3129 5000

Nếu bạn cần tìm lời khuyên cho công việc:
Trung tâm Lao động Nhập cư (24 giờ)

6536 2692



MINISTRY OF
MANPOWER