

بریتزل مایند چه کار می‌کند؟

• مکالمات حمایت عاطفی یک به یک هفتگی

اگر همه چیز سخت و استرس زا می‌شود، اگر احساس تنش می‌کنید، اگر در خواب مشکل دارید، یا اگر فقط باید برای مدتی دور شوید، ممکن است بخواهید با کسی صحبت کنید.

این هم فرصتی است که بیاید و خودتان را معرفی کنید، بگویید کی هستید و چه چیزی را دوست دارید. این مکالمات همچنین فضایی برای ابراز نگرانی‌ها و ایده‌ها در مورد اینکه چگونه می‌توانیم شرایط را برای شما در هتل‌ها بهتر و ایمن‌تر کنیم، فراهم می‌کند.

• فعالیت‌های گروهی ماهانه

این فعالیت‌ها برای این است که ما با دیگرانی که در هتل زندگی می‌کنند دور هم جمع شویم، کشف کنیم که چه چیزی می‌تواند به شما کمک کند احساس بهتری داشته باشید، کمی سرگرم شوید و همچنین فرصتی برای ملاقات و ارتباط با دیگران داشته باشید.

بیاید و به ما بگویید دوست دارید وقت خود را چگونه بگذرانید و چه چیزی به آرامش شما کمک می‌کند، شاید بتوانیم با هم فعالیت‌هایی را طراحی کنیم!

• اطلاعات در مورد دسترسی به پشتیبانی تخصصی سلامت روان

ما اینجا هستیم تا به شما کمک کنیم تا به پشتیبانی مناسب دسترسی پیدا کنید، و این گفتگوها فرصتی برای بررسی گزینه‌های تخصصی سلامت روان در خارج از هتل برای مراقبت‌های عمیق‌تر است.

• اطلاعات در مورد سلامتی و فعالیت‌های اوقات فراغت در بریستول

بیاید و درباره فرصت‌های مختلف در سراسر شهر که می‌توانید با جامعه درگیر شوید، اطلاعات بیشتری کسب کنید. مجموعه‌ای از فعالیت‌ها وجود دارد که می‌تواند به بهبود سلامت جسمی و روانی شما کمک کند و احساس خوبی به شما بدهد! این ممکن است شامل مکان‌هایی برای داوطلب شدن و اشتراک‌گذاری مهارت‌های شما باشد.

شما اینجا در بریستول تنها نیستید. فرصت‌های زیادی برای دوستی‌های جدید وجود دارد و افراد زیادی می‌خواهند از شما استقبال کنند و شما را در رویدادهای خود شرکت دهند!

مرکز ملاقات هاند هاوس

برگستو در دسترس است.

کی؟ سه‌شنبه‌ها از ساعت ۱۲:۳۰ تا ۳:۳۰ بعدازظهر

کی؟ پنجشنبه از ساعت ۱ تا ۴ بعدازظهر

کجا؟ بیا در ورودی هتل ملاقات کنیم و با هم یک جای آرام پیدا کنیم.

کجا؟ بیا در لابی طبقه بالا نزدیک میز پینگ پنگ ملاقات کنیم. سپس می‌توانیم از آنجا به یک اتاق خصوصی و آرام برویم.