

**人人为我，我为人人；
这样才能带来变化。**

这事关每一块砖，有砖才有墙。

“黄砖路”是一个全国性的组织，专门为家人出现精神问题的家庭提供支持。

与新西兰各地的人们合作了40年，我们的经验告诉我们，如果有亲人遭受精神困扰的家庭得到正确的支持和援助，那么他们的亲身经历将提高整个家庭的福祉。

我们将与新西兰任何需要支持、知识、代言和援助的家庭携手前行，为他们所关爱的人开启心理健康之路。

如果您担心自己的家人正面临精神问题，我们可以帮助您。

新西兰全国都可以使用我们的服务

我们在北岛和南岛各地都有分支机构，使我们的服务覆盖了全国广大的社区。

我们也提供在线服务，包括精神健康网络研讨会、团体支持和自我发展计划。

您还可以在我们的网站上获得各种有用的资料和资源。

我们的服务是免费和保密的。请立即联系我们，了解更多信息。



Supporting families
towards mental wellbeing

北部地区
0800 732 825

北岛中部
0800 555 434

南岛
0800 876 682

yellowbrickroad.org.nz

**Yellow
Brick
Road**



**您正为有
精神问题的
家人提供
支持吗？**

**我们在这里帮助您和
您关爱的亲人得到
所需要的支持。**

Yellow Brick Road (黄砖路) 可以如何帮助您

我们每天都要努力确保家人感到有人倾听他们讲话、有人支持和援助他们，并最终令他们自信满满地迎接即将面临的挑战。积极的变化是我们关注的唯一的焦点。

我们的工作不只是培养韧性。我们积极地与我们的服务对象并肩作战，帮助他们克服所有困难，直到他们的家人恢复健康。

您可以有自己的亲友支援人员，她/他会与您一直携手并进。

我们的工作人员训练有素、经验丰富。有些工作人员也曾经历过自己或家人出现精神问题的困境。

我们可以为您的家人提供一系列**支持、信息、教育和代言服务**，包括：

- 一对一的和小组支持会议
- 为成人、儿童和青少年提供创新的教育方案，涵盖一系列精神和身心健康主题。
- 当您难以为家人获取所需要的服务时，我们可以为您代言。
- 家庭对接支持小组
- 自杀困扰和预后支持

我们可以指导您如何通过自我照顾、建立正念、验证和沟通等技能来减少压力并改善自己的精神状态。

所有这些都将帮助您更好地应对在亲人出现精神问题时的需求。

我们也可以制定行动计划，帮助您所关爱的人恢复健康。我们的支持服务包括：提供书籍、文章以及您所在地现有的服务项目。

我们尊重所有文化

我们为每个人量身定做援助方式，可以选择的内容很多。我们可以将对您很重要的文化的各方面包括进去，例如毛利方式和毛利福祉模式。

除了个人层面上提供人性化的支持之外，我们还与社区合作，以满足不断变化的和具有挑战性的需求。与各地的毛利机构合作是本项工作的重要组成部分。

我们的服务适合所有家庭成员

我们提供的服务适合不同的年龄范围，包括儿童、青少年、成人和老年人。

我们提供一系列全国性的服务，包括妇女专项援助、青年成长方案，以及为自杀者家庭提供的支持服务。

我们的支持服务旨在激励人们和社区开启精神健康之旅。

