



## Services de bien-être pour les Réfugiés et les Immigrants

Bien-être du corps, de l'esprit et des relations

### Tu n'es pas seul

Le personnel de LSI peut vous aider à relever les défis de la vie :

- Troubles du sommeil
- Réflexion profonde
- Se sentir dépassé
- Défis relationnels
- Problèmes avec les enfants
- Pensées de course
- Forte tristesse ou colère
- Difficulté à garder un emploi
- Confusion ou perte de la mémoire
- Pensées ou comportements nuisibles
- Manger trop ou pas assez manger
- Questions de santé ou de services

### Que sont les services de bien-être ?

Les services sont basés sur la conversation. Le personnel aide à la compréhension émotionnelles, au renforcement des compétences, et se connecter avec les soutiens.

Tous nos services collaborent avec des défenseurs de la culture.

**"Je me sens enfin plein d'espoir au lieu d'être découragé."**

– Un client LSI –

Contactez [Centralintake@LSIowa.org](mailto:Centralintake@LSIowa.org) | [LSIowa.org/therapy](https://LSIowa.org/therapy)

Pour le français, appelez le 888.457.4692 et demandez les services de bien-être LSI

*Une assurance maladie est obligatoire pour certains services. Les questions d'Eligibilité recevront une réponse*