



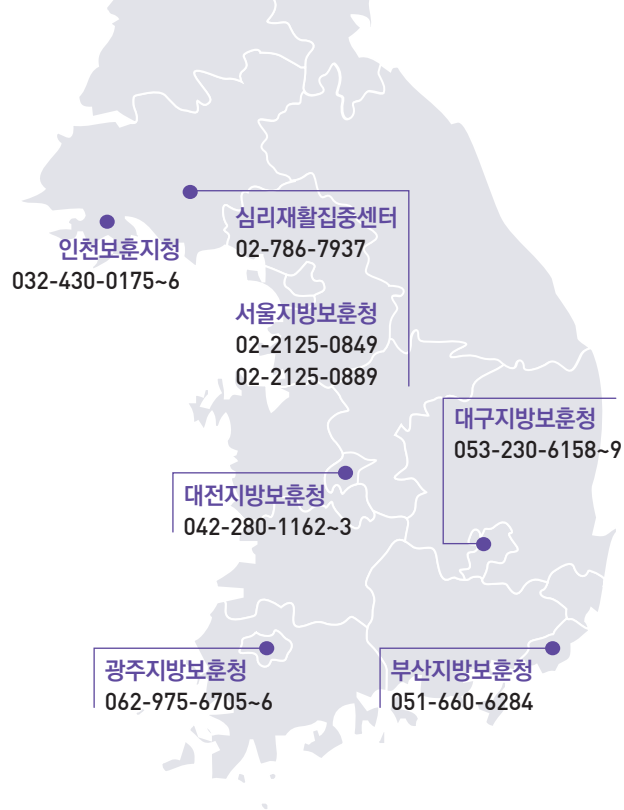
## 보훈가족 서비스 절차



주저말고 상담받으세요.  
전문 심리재활상담사들이  
기다리고 있습니다.



## 어디에서 이용할 수 있나요?



## 보훈가족 마음나눔터

마음건강을 함께 하겠습니다.

# 보훈가족 마음나눔터

마음건강을 함께 하겠습니다.

국가보훈처 심리재활집중센터



## 마음나눔터는 이런 곳입니다

보훈가족의 심리적 고통을 덜고 아픈 마음을  
보듬기 위해 2018년 7월 9일 “마음나눔터”가  
문을 열었습니다.



### 보훈가족과 함께 하겠습니다.

국가보훈대상자(국가보훈관계 법령에 따라 예우 및  
지원을 받는 본인 및 그 유가족) 모두가 이용 할 수  
있습니다.

### 서비스 이용방법



#### 상담이용

- 전화상담
- 내방상담
- 찾아가는 서비스



#### 이용시간

·월~금: 9:00~18:00 (토, 일, 공휴일 휴무)



## 심리적 어려움을 겪고 있나요?



### Check list

- 일상생활에 의욕이 없고 기분이 좋지 않은 날이 많다.
- 불안한 마음이 계속 들고 안전부절하지 못할 때가 많다.
- 이유 없이 화가 나고, 때로는 참을 수 없어 타인에게 폭력을 행사하거나 물건을 부수고 싶어진다.
- 내가 겪었던 사건이 꿈에 나타나거나 생생한 기억으로 되살아난다.
- 수면 문제로 일상생활을 하는 동안 피로감을 느끼고, 자다 깨면 다시 잠드는 것이 힘들다.
- 자주 술을 마시고 조절이 되지 않아 주변 사람들이 걱정한다.

※ 위와 같은 상황이 있으시다면 언제든지 연락을 주십시오.



## 보훈가족과 함께하는 방법

