

# Batasan Kesihatan

Menetapkan batasan adalah perkara yang baik. Apabila anda menerangkan perkara yang anda sukai dan tidak sukai, orang lain akan memahami batasan anda. Kami boleh membantu.



Panggilan Percuma  
1 800 813 770

Panggilan berasaskan telefon bimbit atau internet tidak dapat dijamin. Sila pertimbangkan kaedah akses lain yang tersenarai di sini.



WhatsApp  
+1 984 920 6875



Panggilan Terus  
+65 6692 0848



Tapak web  
<https://sap.helpwhereyouare.com>  
Kod Syarikat: UMB



E-mel  
[support@resourcesforyourlife.com](mailto:support@resourcesforyourlife.com)



iConnectYou  
Muat turun aplikasi dari gudang aplikasi iOS atau Android dan daftar menggunakan kod laluan berikut:  
246575

## SOKONGAN BOLEH DIDAPATI 24 JAM SEHARI, 7 HARI SEMINGGU

Sokongan disediakan oleh Business Health Services-BHS, dianggotai oleh ahli profesional yang berkecuali sepenuhnya daripada organisasi anda. Mereka terikat dengan piawaian profesional berkenaan kerahsiaan, dan tidak akan mendedahkan butiran individu yang telah menghubungi perkhidmatan ini. Sebarang maklumat yang anda kongsi terpulang kepada budi bicara anda dan tidak akan dikongsi dengan organisasi anda.

# Healthy Boundaries



Setting boundaries is good. When you explain what you are okay with and what you are not okay with, people will understand your limits. We can help.



Freephone  
1 800 813 770

Mobile or internet based calls may not be guaranteed. Please consider another access method listed here.



WhatsApp  
+1 984 920 6875



Direct Dial  
+65 6692 0848



Website  
<https://sap.helpwhereyouare.com>  
Company Code: UMB



Email  
[support@resourcesforyourlife.com](mailto:support@resourcesforyourlife.com)



iConnectYou  
Download the app from iOS or any Android app store and register using the following passcode:  
246575

**SUPPORT IS AVAILABLE 24 HOURS PER DAY, 7 DAYS PER WEEK**

Support is provided by 'Business Health Services-BHS, staffed by professionals who are completely independent of your organisation. They are bound by professional standards regarding confidentiality and do not disclose details of individuals who have contacted the service. Any information you share is at your discretion and will not be shared with your organisation.