

مه د ای وقتا د یک
وضعیت بد روحی
روانی استوم

مو اینجی استیم
که کمک کنی

همه گیری سر هرکس به طریق مختلف تاثیر کیده، ای مهم استه که متوجه صحت روحی
روانی خو باشین.

اگه شمو نگران یا ناراحت استین، میتین که از مرکز صحت روحی روانی و تندرستی
(Mental Health & Wellbeing Hub) د شماره **1300 375 330** زنگ زیده کمک
بیگیرین.

مرکز صحت روحی روانی و تندرستی (Mental Health & Wellbeing Hubs) بلدی هرکس
که د ویکتوریا زنده گی مونه یک خدمات مفت دیره، فرق ندیره که چی رقم ویژه دیرین.

کارمندی کمکی با تجربه از مو توره شیمره ره گوش کیده قد از شمو کار مونه که بهترین راه ره
پیدا کنه تا شموره کمک کنه.

**MENTAL HEALTH
& WELLBEING
HUB**

آیا شمو د زیبون از خودخو نیاز د کمک دیرین؟

بلدی تیس نیشنل د شماره **131 450** زنگ بزین و ترجمان بیخواین، باد ازو بخواین که شموره قد مرکز صحت
روحی روانی و تندرستی (Mental Health & Wellbeing Hubs) د شماره **1300 375 330** وصل کنه.

بلدی مالومات غدرتر، د وب سایت

coronavirus.vic.gov.au/mentalhealthhub بورین.

