

एक्सेस मेन्टल हेल्थ

1800 332 388

“ए तस्मानियाई लाइफलाइन (A Tasmanian Lifeline)” के साथ साझेदारी में

यह किसके लिए है?

एक्सेस मेन्टल हेल्थ सेवा किसी भी उम्र के व्यक्ति के लिए है या जो किसी ऐसे व्यक्ति को जानता हो जो:

- जिसके मूड में स्पष्ट बदलाव दिख रहा हो
- अव्यवस्थित तरीके से व्यवहार कर रहा हो
- ऐसी चीजों को देख/सुन रहा हो जो वहाँ हैं ही नहीं
- चिंतित और भयभीत
- आत्मघाती विचार और सोच व्यक्त कर रहा हो

आप कैसे पहुंच सकते हैं?

तस्मानिया में कोई भी व्यक्ति सीधे **1800 332 388** पर एक्सेस मेन्टल हेल्थ को निःशुल्क कॉल कर सकता है।

यह कैसे काम करता है?

एक्सेस मेन्टल हेल्थ तस्मानियाई समुदाय को सहयोग देने और तस्मानियाई मानसिक स्वास्थ्य प्रणाली तक पहुंच को आसान बनाने के लिए सप्ताह के सातों दिन, 24 घंटे काम करता है।

इसमें कौन शामिल है?

एक्सेस मेन्टल हेल्थ को स्वास्थ्य विभाग, तस्मानिया द्वारा लाइफलाइन तस्मानिया के साथ साझेदारी में प्रदान किया जाता है। यह कुशल और अनुभवी मानसिक स्वास्थ्य पेशेवरों द्वारा संचालित किया जाता है।

आपको क्या सहायता मिलेगी?

- ✓ फ़ोन पर तत्काल सहायता
- ✓ तस्मानियाई मानसिक स्वास्थ्य प्रणाली के बारे में जानकारी
- ✓ यदि आवश्यक हो तो सार्वजनिक मानसिक स्वास्थ्य सेवाओं के लिए रेफरल लेने में सहायता

यदि आप या कोई अन्य व्यक्ति तत्काल खतरे में हो तो सबसे पहले **000** आपातकालीन सेवा को कॉल करें।

