



## اگر نگران حال کسی هستید:

«اخيراً بعضى چیزها در تو تغییر کرده. دوست داری راجع بهش صحبت کنیم؟»

پرسید «حالت خوبه؟»

«اگر بخواهی بیشتر صحبت کنیم من اینجا برای شنیدن حاضرم؟»

با فکر باز گوش بدهید

«آیا با دکتری یا متخصص سلامتی ای صحبت کرده‌ای؟»

تشویق به کاری کردن +

«آیا اوضاع از دفعه پیش که صحبت کردیم بهتر شده یا عوض شده؟» «آیا پشتیبانی بیشتری لازم داری؟»

دنبال گیری

# خطوط تلفن ۲۴ ساعته کمک حرفه ای هنگام بحران

PERSIAN

فارسی



لایف لاین ۱۳۱۱۱۴

تلفن پاسخگویی برای جلوگیری از خودکشی ۱۳۰۰۶۵۹۴۶۷

خط تلفن کمک به کودکان ۱۸۰۰۵۵۱۸۰۰



City of  
**LAUNCESTON**



migrant resource centre  
tasmania

قدردانی

این خدمات توسط بهداشتی اولیه تازمانیا (تازمانیا پی-اچ-ان) پشتیبانی می شود که جزوی از طرح جلوگیری از خودکشی تحت برنامه مراقبت های بهداشتی اولیه دولت استرالیا می باشد