

درخواست کمک نشانه قدرت است

آیا نگران مصرف الکل یا مواد هستید؟

بدانید که چه زمانی درخواست کمک کنید. اینها علایمی است که نباید نادیده بگیرید.

- حتی اگر بخواهید، نمی‌توانید مصرف را متوقف کنید
- آن بر کار، تحصیل یا روابط شما اثر می‌گذارد
- شما دروغ می‌گویید یا از دیگران پنهان می‌کنید
- شما وقت بیشتری نیاز دارید تا این را بفهمید
- شما بدون آن، احساس بیماری یا اضطراب دارید
- شما به علت مصرف مواد، مشکلات حقوقی یا مالی داشتید

چرا درخواست کمک نشانه قدرت است

- بهبود با یک گام بزرگ شروع می‌شود
- نیاز نیست که شما به تنهایی پیش بروید
- روش‌های واقعی و اثبات‌شده‌ای برای درمان وجود دارد
- بسیاری از افراد بهبود می‌یابند و زندگی پرباری را از نو می‌سازند

درخواست کمک
هرگز خیلی زود -
یا دیر - نیست.



برنامه AOD چندفرهنگی توسط
کمپسیون سلامت روان کوئینزلند
تامین مالی می‌شود.



Multicultural Connect Line

نیاز به پشتیبانی ایمن از منظر
فرهنگی دارید؟

خط Multicultural Connect

تیم دوستانه ما می تواند:

- ✓ با یک مترجم شفاهی کار کنید تا با شما به زبان شما صحبت کند.
- ✓ پشتیبانی یافته و اطلاعات ارایه کنید.
- ✓ به شما کمک کنند پشتیبانی مورد نیاز برای نگرانی های مربوط به الکل و مواد را دریافت کنید.

نگران مصرف الکل یا مواد توسط یک عضو خانواده هستید؟
اطلاعات و پشتیبانی مورد نیاز خود را دریافت کنید. با
Culture Care تماس بگیرید - پشتیبانی برای اعضای
خانواده، دوستان، همسایگان و رهبران - 1300 079 020

خدمات ما رایگان و محرمانه هستند

☎ **1300 079 020**

9:00 صبح تا 4:30 بعدازظهر،
دوشنبه تا جمعه باز است

ما با مترجمین
شفاهی کار می کنیم

