

# بحاجة الى مساعدة للصحة النفسية



خطة العمل  
للصحة العقلية  
المجتمعية

mentalhealthactionplan.ca

## ادمونتون

**اتصل بـ 911**  
في حالات الطوارئ (الإسعاف، الحريق والشرطة)

هل أنت في أزمة تهدد الحياة؟

**اتصل بـ 780.424.2424**  
للخدمات الصحية بالبرتا للمدمنين البالغين وللصحة العقلية  
والإتصال متاح 24/7 أو اذهب إلى قاعة أندرسون ، 10959  
شارع 102

هل تحتاج إلى الوصول الفوري أو الداعم  
إلى برامج المدمنين البالغين والصحة  
العقلية القائمة على المجتمع؟

**اتصل بـ 211**  
أو بخط الاستغاثة على (780.482.HELP (4357)  
أو خدمات البرتا للصحة العقلية  
خط المساعدة 1.877.303.2642

هل تحتاج إلى التحدث مع شخص ما  
الآن؟

**اتصل بـ 211**  
أو قم بزيارة الموقع [www.dropinyeg.ca](http://www.dropinyeg.ca)  
أو قم بزيارة الموقع [www.momentumcounselling.org](http://www.momentumcounselling.org)

هل تحتاج الى مساعدة اليوم وعلى استعداد  
للذهاب إلى جلسات المشورة بدون أخذ  
موعد؟

**اتصل بـ 211 أو**  
مركز ادمونتون مينونيت للوافدين الجدد 7804247709  
Edmonton Mennonite Centre for Newcomers  
مركز خدمة المجتمع (ASSIST Community Services Centre) 7804293111  
الخدمات الاجتماعية الكاثوليكية (Catholic Social Services) 7804321137  
الوسطاء الصحيون متعددي الثقافات 7804231973  
(Multicultural Health Brokers Co-op)

هل تريد معلومات حول خدمات الدعم  
المجتمعي المتاحة في منطقتك؟

**اتصل بـ 811**  
لخدمات البرتا الصحية لكي تتحدث مع  
ممرضة مسجلة عن صحتك أو اتصل بطبيب  
العائلة

هل لديك أسئلة حول صحتك العقلية؟