



**Transcultural**  
Mental Health Centre



আন্তঃসাংস্কৃতিক

মেন্টাল হেলথ লাইন

(মানসিক স্বাস্থ্য যোগাযোগ)

১৮০০ ৬৪৮ ৯১১  
(1800 648 911)



যেখানে আমরা আপনার ভাষা, সংস্কৃতি এবং মানসিক স্বাস্থ্যকে সংযুক্ত করছি



# Transcultural

Mental Health Centre

ট্রান্সকালচারাল মেন্টাল হেলথ লাইন আপনাকে, আপনার সংস্কৃতি বোঝেন এবং আপনার ভাষায় কথা বলেন তেমন অভিজ্ঞ চিকিৎসকদের সাথে সংযুক্ত করবে

আপনি যখন ১৮০০ ৬৪৮ ৯১১ (1800 648 911) নম্বরে কল করবেন, তখন আপনি যে স্বাস্থ্যসেবা কর্মীর সাথে কথা বলবেন, তিনি :

- কীভাবে আপনার ভালো থাকা এবং মানসিক স্বাস্থ্য উন্নত করা যায় সে সম্পর্কে পরামর্শ দিতে পারেন
- আপনার এলাকার মানসিক স্বাস্থ্য পরিষেবাগুলো কিভাবে নিতে পারবেন সে ব্যাপারে আপনাকে সহায়তা করতে পারেন
- মানসিক স্বাস্থ্যসমস্যায় আছেন তেমন কারো যত্ন নেওয়ার জন্য আপনাকে সহযোগিতা করবেন

আপনি ১৮০০ ৬৪৮ ৯১১ নম্বরে সোমবার থেকে শুক্রবার সকাল ৯:০০মিঃ থেকে বিকাল ৪:৩০মিঃ পর্যন্ত কল করতে পারেন।

## ট্রান্সকালচারাল মেন্টাল হেলথ লাইন হোল একটি মানসিক স্বাস্থ্য সাহায্যের পরিষেবা

যদি কারো অবিলম্বে জরুরী সাহায্যের প্রয়োজন হয়, তাহলে তিন শূন্য, ০০০ (Triple Zero, 000) -তে কল করুন।

সন্ধ্যায় বা রাতে এবং সাপ্তাহিক ছুটির দিনে মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা এবং পরামর্শের জন্য, (Mental Health Line) ১৮০০ ০১১ ৫১১ (1800 011 511) নম্বরে মানসিক স্বাস্থ্য লাইনে কল করুন।

এই টেলিফোন লাইনটি দিনের ২৪ ঘণ্টা, সপ্তাহের সাত দিন পাওয়া যায় এই পরিষেবাটির সাথে কথা বলার জন্য যদি আপনার ভাষাগত সাহায্যের প্রয়োজন হয়, তাহলে ট্রান্সলেটিং এন্ড ইন্টারলেটিং সার্ভিস-টিস ন্যাশনাল (Translating and Interpreting Service-TIS National) কে এই ১৩১ ৪৫০ (131 450) নাম্বারে কল করুন এবং মানসিক স্বাস্থ্য লাইনে সংযোগের জন্য বলুন

আপনার ভাষায় সুস্থতা এবং মানসিক স্বাস্থ্য সংক্রান্ত তথ্য পেতে, ট্রান্সকালচারাল মেন্টাল হেলথ সেন্টার ওয়েবসাইটে খোঁজ করুন:

[www.dhi.health.nsw.gov.au/tmhc](http://www.dhi.health.nsw.gov.au/tmhc)



আন্তঃসাংস্কৃতিক

মেন্টাল হেলথ সেন্টার (মানসিক স্বাস্থ্য কেন্দ্র)

১৮০০ ৬৪৮ ৯১১



TMHL/PC22/G/BEN