

Pashto



**Transcultural**  
Mental Health Centre



**څو کلتوري**  
رواني روغتيا کرښه

**1800 648 911**

ژبه، کلتور او د رواني روغتيا پاملرنه نښلول



**Transcultural**  
Mental Health Centre

## د څو کلتوري رواني روغتیا کرښه د رواني روغتیا ملاتړ خدمت دی.

که څوک سمدستي مرستې ته اړتیا لري، نو تړپل زیرو (000) ته  
زنګ ووهئ.

د رواني روغتیا ملاتړ او مشورې لپاره په مابینام او اونی  
په پای کې، د رواني روغتیا کرښې (Mental Health  
Line) ته په 1800 011 511 زنګ ووهئ.

دا کرښه په ورځ کې 24 ساعته، په اونی کې اوه ورځې شتون  
لري. که تاسو د دې خدمت سره د خبرو کولو لپاره د ژبې ملاتړ  
ته اړتیا لرئ، د ژباني او تفسیر خدمت (Translating and  
Interpreting Service - TIS National) ته په  
131 450 زنګ ووهئ او د رواني روغتیا کرښې غوښتنه  
وکړئ.

ستاسو په ژبه کې د هوساینې او رواني روغتیا په اړه معلومات د  
څو کلتوري رواني روغتیا مرکز (Transcultural Mental  
Health Centre) په ویب پاڼه کې شتون لري:  
[www.dhi.health.nsw.gov.au/tmhc](http://www.dhi.health.nsw.gov.au/tmhc)

د څو کلتوري رواني روغتیا کرښه تاسو د تجربه لرونکو معالجینو سره  
نښلوي څوک چې ستاسو په کلتور پوهیږي او کولای شي ستاسو په ژبه  
خبرې وکړي.

کله چې تاسو 1800 648 911 ته زنګ ووهئ، تاسو به د روغتیا مسلکي سره خبرې وکړئ  
څوک چې کولای شي:

- ستاسو د هوساینې او رواني روغتیا د ښه کولو په اړه مشوره درکړي
- ستاسو سره ستاسو په ټولنه کې د رواني روغتیا خدماتو ته لاسرسی کې مرسته وکړي
- ستاسو سره مرسته وکړي ترڅو د هغه چا پاملرنه وکړي چې د رواني روغتیا انډیښنه لري

تاسو کولای شئ 1800 648 911 ته زنګ ووهئ د دوشنبې څخه تر جمعي پورې د سهار له  
9:00 بجو څخه تر ماډیګر 4:30 بجو پورې



0 000000 001391 1907221

TMHL/PC22/G/PAS

څو کلتوري  
رواني روغتیا مرکز  
1800 648 911

