

١٦٠٠٠

## عساك بخير؟

هل أنت قلق بشأن صحة  
والديك المسنين أو أقاربك  
الأكبر سناً كذلك؟

هل يبدو عليهم القلق أو  
الخوف أكثر من المعتاد؟

يقدم خط المساعدة السري والمجاني للصحة النفسية الدعم لكبار السن وأسرهم الذين يعانون من الإجهاد والقلق.

يضم فريق خط المساعدة متخصصين في مجال الصحة النفسية بإمكانهم تقديم تقييم ودعم للمتصلين من أربع فئات رئيسية.

كبار السن



الأطفال والأهل



الكبار



العاملين في مجال الرعاية الصحية



خط المساعدة الخاص بالصحة النفسية متوفر من الساعة ٩ صباحاً حتى ٥ مساءً، من السبت إلى الخميس.

للوصول إلى خدمة خط المساعدة :  
(١) اتصل على الرقم المجاني ١٦٠٠٠. (٢) قم باختيار اللغة المناسبة (اللغة العربية أو الإنجليزية). (٣) اضغط على الرقم ٤ لخدمة الصحة النفسية.

يضم فريق خط المساعدة متخصصين في مجال الصحة النفسية والذين بإمكانهم التحدث بعدة لغات مختلفة.