

در حال حاضر خیلی تغییراتای د زندگی از مو د جامعه رخ دیده بخاطر از امی تید شودون وایرس کرونا و ای خیلی سخته بلدی فامیلا د جامعه از مو. ای باعث خیلی از استریس، ترس و سختی ها موشه.

فاصله اجتماعی گرفتو به ای معنی استه که وخت زیادتر د خانه باشی، نگرانی بلدی کارو دسترسی کمتر د چیزهای که مو دوست دیره تاثیر د سر صحت روانی از مو دیره. همچنان ممکنه استه فشار زیاد بلدی فامیلا و رابطه ها پیدا شونه.

تحقیقات نشو میدیه که د وخت استریس، ترس و سردرگومی، خطر خشونت خانوادگی خیلی زیاد استه، مخصوصا د رابطهای که د اونجی خشونت از اول بوده باشه. دای حالت ببقرار صحت DPV میخوایه مطمین شونه که جامعه از مو احساس امن مونه و کمک موجود استه.

اگر شمو احساس تانایی مومین، استریس استین و یا خشونت خانوادگی را تجربه مومین، د یاد شیم باشه که دسترسی د کمک دیرین. لیست پایین تعداد از خدمات استه که شمو میتنن دای وخت سخت دسترسی دیشته باشین.

پشتیبانی عمومی و معلومات

اطلاعات و معرفی بلدی زنان (WIRE) 1300134130
برنامه های کمکی و مشاوره بلدی قربانیان 1800819817

خدمات صحت روانی

صحت DPV (مشوره، کمکای اجتماعی و تیم روانشناسی) 1300234263 بلدی وخت ملاقات گرفتو (از 8:30 صبح تا 5 بیگا از روز دوشنبه تا جمعه) مشوره تلفونی هم د دسترس استه.
1300224636 Beyond Blue
1800650890 Headspace

Lifeline (خط نجات) (خط 24 بحران): 131114
Kids Helpline (خط کمکی زوستو): 1800551800
Uniting Kildonon: 1800002992
Relationships Australia: 1300364277

معرفی خشونت خلاف زنان و زوستو

1800737732: 1800 Respect National Helpline (خط احترام ملی)
1800015188: Safe Steps Crisis Line
1800319355: Orange Door (شمال - شرقی منطقه شهری)
1800806292: Northern Centre against Sexual Assault (NCASA)
94825744: Elizabeth Morgan House Aboriginal Women's Service
1800105303: Djirra
131278: Child Protection (حمایت از زوستو)
Whittlesea Community Connections - Legal Advice (ارتباط جامعه ویتیل سی - مشوره حقوقی): 94016655

معرفی مرتیکو

Men's Referral Service (خدمات معرفی مرتیکو): 1300766491
DPV Health Men's Behaviour Change Program (صحت DPV برنامه تغییر خوی مرتیکو): بلدی معلومات
بیشتر زنگ بزنیید 1300234623
DPV Health Men's Case Management (صحت DPV مدیریت کیس مرتیکو): بلدی معلومات بیشتر زنگ
بزنیید 1300234623

معرفی دیگه جنسیتا (LGBTIQ)

With Respect (قنجه احترام): 1800542847
Gay and Lesbian Switchboard (Vic.): 96632939
Thorne Harbour Health: 98656700

اگر شمو نیاز د ترجمان دیرین لطفاً بلدی خدمات ترجمانی (TIS) د شماره 131450 زنگ بزنیید.

بایین بیخین مو اوش مو طرف صحت جانی و روانی از مو د ای وخت مشکل باشه. حالی از هروخت دیگه کیده زیادتر
بایین، اهمیت، مهربانی و کمک بلدی فامیل و جامعه خو نیشو بیدی.