

## 防疫封锁期间的心理健康支持服务

### 防疫封锁期间为您提供心理健康支持

最近疫情形势发生了很多变化，再次面临防疫封锁可能会让人感到有些不知所措，甚至会让人无法接受。

如果不知道该如何应对，或向谁求助，  
敬请来电垂询，我们会为您提供心理健康支持。

#### 欢迎来电，向我们倾诉

我们训练有素的咨询师可以通过电话为您提供支持。咨询服务免费，且全天候开放。

电话：

**1800 512 348**

#### 在线支持与网站信息

我们的网站会定期更新动态信息、建议和策略，帮助您在防疫封锁期间维护身心健康。我们训练有素的心理咨询师还会提供免费的全天候（一周七天，一天24小时）微信咨询。

**coronavirus.beyondblue.org.au**

#### 防止自杀与危机介入支持

如需立即支持，请致电 Lifeline (13 11 14)

如果处于紧急情况或有伤害自己或他人的即时危险，请致电 000。

#### 面向英语为非母语人士的支持

对于母语不是英语的人士，可以使用一系列的语言支持服务。

您可以从口笔译服务处 (TIS National) 获得免费翻译支持 **www.tisnational.gov.au**

您可以联系TIS National获得即时或预约电话口译服务。

如需即刻口译服务，请拨打 **131 450**。



 **coronavirus.beyondblue.org.au**

 **1800 512 348**