



# بحران می‌تواند در هر زمانی رخ دهد

کمک را به صورت 24 ساعته و 7  
روز هفته دریافت کنید

حمایت در زمینه صحت روان یا مصرف مواد مخدر

با شماره 9-8-8 تماس بگیرید یا پیام بفرستید

---

رایگان و محرمانه

جوابدهی سریع

برای همه سنین

---

IT'S  
UP TO US

## 8-8-9 چگونه کمک می‌کند

یک مشاور آموزش‌دیده از شما درباره مشکلاتی که شما با آن روبرو هستید سوال می‌کند و به صحبت‌های شما گوش می‌دهد. بر اساس وضعیت شما، شما را به منابع و خدمات مناسب وصل می‌سازد. ممکن است تیم جوابدهی سیار بحران یا خدمات اضطراری را اعزام کند. اگر شما به کمک فوری نیاز نداشته باشید، شما را به مکانی برای دریافت حمایت معرفی می‌کند.

حمایت را  
پیدا کنید

[bit.ly/48JXE1Q](https://bit.ly/48JXE1Q)



## منابعی که ممکن است کمک‌کننده باشند



### MCRT تیم جوابدهی سیار بحران

تیم غیراجرایی

7 روز در هفته | 24 ساعت در روز



### PERT تیم جوابدهی اضطراری روانی

نیروی انتظامی همراه با یک متخصص

ساعات متفاوت است



### EMS خدمات طبی اضطراری

اگر یک وضعیت اضطراری طبی پیش بیاید

7 روز در هفته | 24 ساعت در روز



### CSU واحدهای تثبیت بحران

مراکزی برای صحت رفتاری که به تثبیت افراد در بحران

کمک می‌کنند

7 روز در هفته | 24 ساعت در روز



### کلینیک‌های صحت رفتاری

وقت ملاقات برنامه‌ریزی شده یا بدون وقت قبلی

در روزهای کاری در دسترس است، برای ساعات کاری و مکان‌ها کود

QR را سکین کنید