

١٠ بمن أتصل عندما أحتاج إلى المساعدة؟

9-1-1

أضرب رقم (911) للإبلاغ عن الجرائم
والحرائق والطوارئ الطبية أو عندما تكون
هناك حاجة استدعاء رجال الشرطة أو رجال
الإطفاء أو المسعفين



800-854-7771

أضرب رقم (800-854-7771) للتواصل مع خط
المساعدة لخدمات قسم الصحة النفسية والعقلية في
مقاطعة لوس أنجلوس والذي يعمل على مدار الساعة
طوال أيام الأسبوع لتوفير كل الموارد والمعلومات عن
الخدمات المتعلقة بالصحة النفسية والعقلية و أيضا
لاستدعاء فرق الاستجابة للآزمات النفسية والعقلية و كل
ما يتعلق عن الإدمان و تعاطي المواد المخدرة و الكحول



9-8-8

أضرب رقم (988) للحصول على الدعم في
حالات الازمات النفسية مثل محاولات الانتحار
أو الشعور القوي بالضيق و الاكتئاب او
المشاكل المتعلقة بالصحة النفسية



988 | SUICIDE & CRISIS
LIFELINE

2-1-1

أضرب رقم (211) للحصول على معلومات
عامة حول الموارد المحلية أو الروابط
و الإحالات إلى الخدمات الصحية والإنسانية
والاجتماعية في منطقتك

