

# موارد الصحة العقلية

ان أرقام هواتف المساعدة المدرجة متوفرة لمساعدتكم في مشاكل الصحة العقلية أو المخاوف. جميع الخطوط الهاتفية سرّية.

## Windsor Essex Counselling Support Line - 24/7

519-946-3277

للأشخاص الذين يعيشون في محنة خفيفة الى متوسطة أو لديهم صعوبات في التأقلم في هذا الوقت خلال الجائحة. خط الهاتف متوفر 24 ساعة في اليوم 7 أيام في الأسبوع.

## Kids Help Phone

1-800-668-6868

أ- للأطفال والشباب الذين يعانون من مشاكل الصحة العقلية وبحاجة الى أحد للتحدث معهم.  
ب- المراسلة النصّية متوفرة للأطفال والشباب على 686868

## UHC-Hub of Opportunities

519-944-4900 ext. 123

UHC-Hub of Opportunities

يقدم الآن خدمات إستشارية قصيرة الأمد للمقيمين الدائمين واللاجئين التقلّديين الذين تزيد أعمارهم عن 18 عاماً

## Crisis Phone Line - 24/7

519-973-4435

إذا كنت تعاني من حالة صحة عقلية طارئة اتصل بخدمات أزمة الجالية المتوفرة 24 ساعة على الرقم 519-973-4435 أو اذهب الى أقرب قسم طوارئ في المشفى القريبة اليك. عندما تتصل بخط هاتف الأزمة سوف توضع على الانتظار لدقائق، ثم سيتم وصلك مع مترجم سوف يساعدك خلال المكالمة.

## Crisis Phone Line - 24/7

519-973-4435

ب- أخصائي العلاج لمواجهة الجائحة - للأشخاص الذين يشعرون بالقلق، بالحزن، بالرغبة بالانتحار بسبب المشاكل المتعلقة بالجائحة.

## Family Services Windsor Essex

1-888-933-1831 or info@fswe.ca

متوفرة لبرامج الدعم الهاتفية، الإفتراضية والإستشارات

## Windsor Essex Community Health Centre

يوفر مركز صحة جالية وندزر آيسكس استشارات مجانية بسرية تامة لجميع الأعمار. لتعرف اذا ما كنت مؤهل للحصول على خدماتنا الاستشارية يرجى الاتصال بالموقع الأقرب اليك (انظر أدناه). يغطي الإستشاريين لدينا مواضيع متعددة حسب الموقع في وندزر آيسكس كاونتي.

### Teen Health (Windsor)

1361 Ouellette Avenue, #101  
519-253-8481

### Sandwich (West Windsor)

3325 College Avenue, Windsor  
519-258-6002

### Leamington

33 Princess Avenue, Unit 450  
519-997-2828

### Pickwick (East Windsor)

Pickwick Plaza, 7621 Tecumseh Road East  
519-997-2827

### Diabetes Wellness (Windsor)

2885 Lauzon Parkway, Unit 107  
519-997-2823

### Street Health (Windsor)

711 Pelissier Street  
519-997-2824