हाल ही में अपने आप को स्वस्थ महसूस नहीं कर पा रहे हैं? ऐसा महसूस करने वाले आप अकेले नहीं हैं।

मेडिकेयर मानसिक स्वास्थ्य ऑस्ट्रेलिया में हर किसी को नि:शुल्क मानसिक स्वास्थ्य और कल्याण सेवाएँ प्रदान करता है।

आपको अपॉइंटमेंट या रेफ़रल की आवश्यकता नहीं है।

वह सहायता खोजें जो आपके लिए सही हो।

* medicarementalhealth.gov.au (http://www.medicarementalhealth.gov.au/) पर जाएँ
* मेडिकेयर मानसिक स्वास्थ्य को 1800 595 212 पर कॉल करें
* अपने स्थानीय मेडिकेयर मानसिक स्वास्थ्य केंद्र पर जाएँ
* अपने आस-पास बच्चों की सेवा खोजें।