

Böyle zamanlarda biraz kuşkulu olmanın bir sakıncası yok.

Belki biraz stresli,
endişeli veya hüzünlü.



Ama ya bu his çok fazla olursa, ya da bir süre devam ederse?
HeadtoHelp'e ne kadar erken giderseniz kendinizi o kadar daha iyi hissedeceksiniz.

1800 595 212 numaralı telefonu arayın

ve kendiniz için en iyi akıl sağlığı desteğini bulun.

Daha fazla bilgi için: headtohelp.org.au

