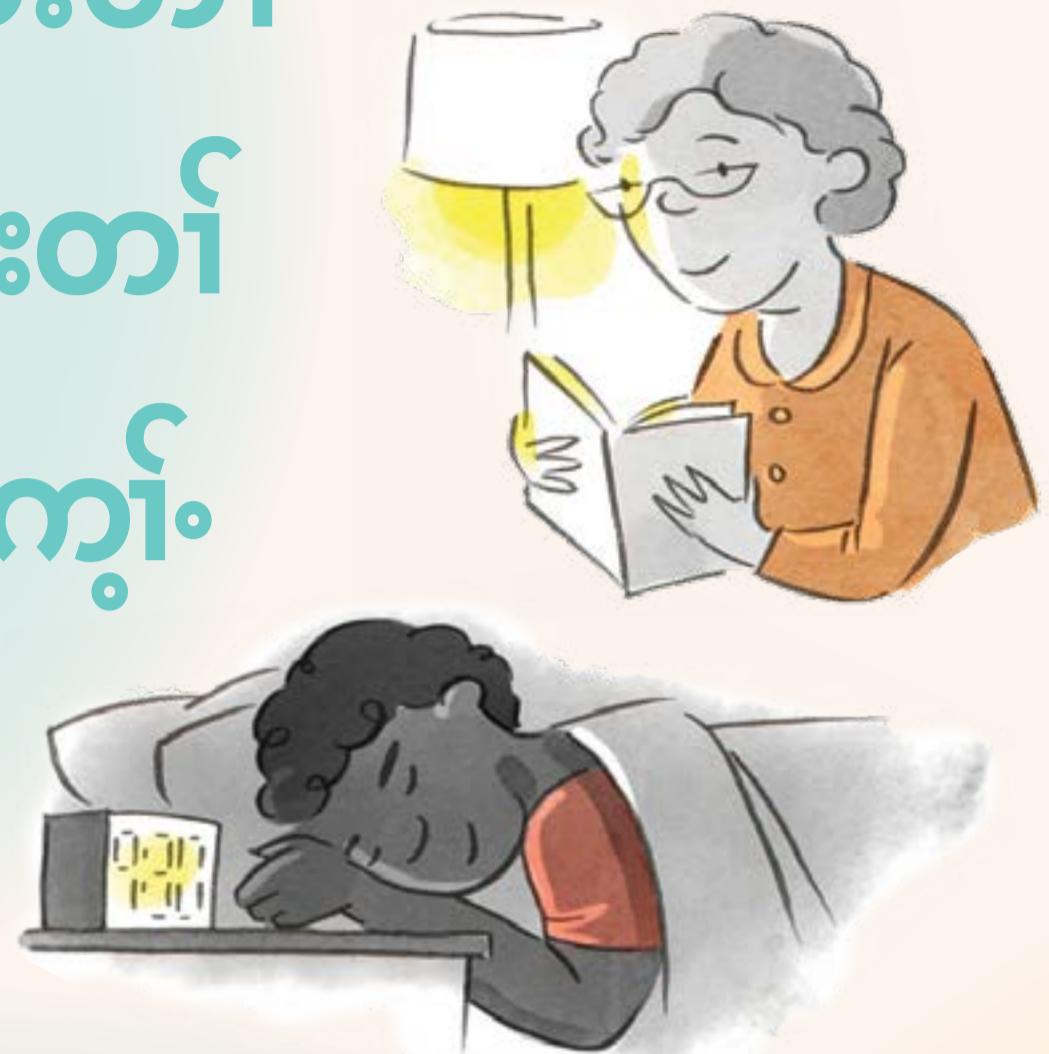


တော်ကြေထွေ့နှင့်သုတေသန  
အာရာရှိအာရာပျိုးတော်  
အာမျာဆိုးဟောတက္ကာ



# မန္တန်ဘင်္ဂတုမေစာလ၊ ဘင်္ဂလိုဖီးမံဒီးနေတကု့။

နယုထံ့ဘုရ်လီ၏ကခိုတော်ဆီမြှေးစာအီးတော်မာစောသနရှိပတီ၏ရဲ့တဖ်လာယူယဲသူများ  
[nwmphn.org.au/mymentalhealth](http://nwmphn.org.au/mymentalhealth) နှင့်လို့

နမ်းအော်ဒီစံကတိဘာ့တိဒီပျောက်ဂေါလာတန်အံနှင့် ကိုလီတဲစို့၏ HeadtoHelp  
1800 595 212, မုတ္မာရီ ကိုပဲ[HeadtoHelp.org.au](http://HeadtoHelp.org.au)တကူး။

**phn**  
NORTH WESTERN

An Australian Government Initiative