

Доступная поддержка

Если вы находитесь в кризисной ситуации, позвоните:

В местный отдел по оказанию психологической помощи

Самаритяне (24/7)

Бесплатный телефон: 116 123

ПОДДЕРЖКИ

Тест об этом (24/7)

Смс бесплатно: 50808

ИНФОРМАЦИЯ

www.yourmentalhealth.ie

Круглосуточная информационная линия
YourMentalHealth (HSE) Бесплатный
телефон: 1800 111 888

www.citizensinformation.ie

www.hse.ie



Посетите наш веб-сайт:

www.hellohowareyou.info



Translations sponsored by



Поздороваться и спросить: Как Дела?

Н e l l o

ПРИВЕТСТВИЕ

Поздоровайтесь
и спросите
Как дела?

ВОВЛЕЧЬ

Общайтесь с
человеком

СЛУШАЙТЕ

Активно
слушайте
собеседника

УЗНАТЬ

Узнайте о
человеке
и его
самочувствии

ВАРИАНТЫ

Дайте время
обсудить
возможные
варианты

Hello
КАК ДЕЛА?



Mental Health
Ireland