



# بالعمل معًا نجعله أفضل

مجتمعنا العظيم الذي تأثر بالفيضان

هل تشعر بالتعب؟ بالإحباط؟ بأن هناك شيئًا مفقودًا؟ هل تأثرت بفيضان 2020؟  
إذا كنت تواجه مشكلات تتعلق بالصحة العقلية، فلديك مكان تذهب إليه.

## الجمعية الكندية للصحة العقلية

هي وكالة محلية تدعم الصحة العقلية للمجتمع، حيث تقدم دورات تشمل ما يلي:

- إدراك وتنمية المهارات الشخصية في إيجاد الحلول والوعي
- بناء حدود أفضل
- التواصل الفعال
- فهم الصحة العقلية
- استنفاذ الشعور بالشفقة
- العلاقات الصحية
- صعوبة المحادثات

• التدريب على الإسعافات الأولية للصحة العقلية (MHFA)

كما تدعم CMHA الأشخاص الذين يعيشون بالصحة العقلية، من خلال خدمات وبرامج متعددة:

- دعم الدخل
- تطبيقات AISH
- التعيينات والدعوة للحصول على الدعم
- دعم الآباء ومقدمي الرعاية
- موارد للشباب والأسر

معلومات للتواصل

www.woodbuffalo.cmha.ca

780-743-1053

## الجمعية متعددة الثقافات لبلدة

تهدف MCA إلى تقليل الحواجز اللغوية، من خلال قسمي الترجمة والتفسير، مما يساعد على التواصل الكتابي والشفهي بلغات أخرى. وتقدم MCA تدريبًا للتوعية الثقافية للمساعدة في تقليل الحواجز الثقافية وفهم الثقافات الأخرى. كما تتولى أيضًا إدارة برنامج مساعدة متعلمي اللغة الإنجليزية (ELLA)، وهو برنامج مجاني يساعد الطلاب على مهارات القراءة والكتابة والتحدث والاستماع.

للمزيد من المعلومات، اتصل بـ:

ريما قدرى (587) 723-1522 projects@mcawb.org

التفسير والترجمة iandt@mcawb.org

## مؤسسة

هي وكالة محلية تقدم خدمات مباشرة للعملاء في الصحة العقلية، بما في ذلك الاستشارة المجانية بواسطة مستشار معتمد، بالإضافة إلى خدمات الدعم للأفراد المتأثرين بالعنف الأسري. خط أزمات العنف الأسري 24/7  
780-743-1190

## YMCA

تمتلك YMCA حاليًا ملفًا موثقًا على مستوى المجتمع لتلبية احتياجات أعضاء المجتمع. يعمل منسق مجتمع الفيضان مع العائلات المتضررة من الفيضان، لتقديم خدمات الدعم والإحالات والوصول إلى الاستشارة المباشرة. ويوجد لدى الجمعية برنامجًا لدعم الصحة والاستشارة الفردية بالمجان، مع أخصائي اجتماعي معتمد للمشاركين من سن 18 عامًا فما فوق.

للمزيد من المعلومات، اتصل بـ:

أماندا كروفورد

منسق الفيضانات المجتمعية YMCA  
amanda.crawford@northernalberta.

ymca.ca

587-723-1638

## جمعية سانت أيدان

هي وكالة محلية تقدم خدمات للوصول لكبار السن الذين تزيد أعمارهم عن 60 عامًا. لا تقدم الجمعية خدمات الصحة العقلية المباشرة، ولكنها تقدم إحالات لكبار السن إلى الموارد المحلية.

معلومات للتواصل

بام بيرنيز، مشرف التواصل

780-743-4370

الرقم الداخلي 2

pamb@staidanssociety.ca

## جمعية

هي وكالة محلية للصحة العقلية، تقدم الدعم لصحة وسلامة المجتمع. تقدم SOS كل شيء من خدمات الاستشارة إلى ورش العمل لحالات الحزن والفقد، بالإضافة إلى برامج الأطفال والشباب. للمزيد من المعلومات، قم بزيارة الموقع:  
www.someothersolutions.ca

780-743-8605

## مركز الأمل

هي وكالة محلية تقدم خدمات للأفراد الذين يعانون من التشرد أو معرضون لذلك. تقدم COH نطاقًا واسعًا من الخدمات من تلبية الاحتياجات اليومية الأساسية للمستفيد إلى خدمات دعم الإسكان. ويوجد أيضًا مستشار للصحة العقلية والإدمان يعمل بدوام كامل في المركز، وهو متاح من الساعة 8 صباحًا حتى 4 مساءً من الاثنين إلى الجمعة، دون الحاجة إلى تحديد موعد.

للمزيد من المعلومات، اتصل بـ:

روزي كيتنج، المدير التنفيذي

execdirector@fmcentreofhope.com

أو

ليز كيتنج، مستشار الصحة النفسية والإدمان  
psychhealth@fmcentreofhope.com



CANADIAN  
RED CROSS

Reach out to us. We are here to help!



MULTICULTURAL ASSOCIATION  
OF WOOD BUFFALO

\*\*This poster can be translated into: French, Spanish, Hindi, Mandarin, Punjabi, Arabic, Amharic, and Tagalog