ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ 'ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਵੈਲਬੀਇੰਗ ਲੋਕਲ (ਸਥਾਨਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ)' ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਲੈਣਾ

Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ

ਇਹ ਸਰੋਤ 'ਮੈਂਟਲ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਵੈਲਬੀਇੰਗ ਲੋਕਲ' (MHWLs) ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕਿਵੇਂ MHWL ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਔਟਿਸਟਿਕ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇਹ ਵੀ ਦੱਸਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ MHWL ਸੇਵਾ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

MHWL ਕੀ ਹੈ?

MHWLs 26 ਸਾਲ ਅਤੇ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਬਾਲਗ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸੇਵਾ ਹੈ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਲੋੜਾਂ ਮੁਤਾਬਕ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਭਲਾਈ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਨਸ਼ਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਲਾਜ ਅਤੇ ਦੇਖਭਾਲ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਕਟੋਰੀਆ ਵਿੱਚ ਕਈ ਸਥਾਨਕ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਇਹ ਸੇਵਾ ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ, ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਲਈ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ, ਜੋ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। MHWLs ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਭੂਮਿਕਾ ਵਿੱਚ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਲੋੜਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

MHWLs ਉਹਨਾਂ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰਿਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਬਣਾਏ ਗਏ ਹਨ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਹ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਰਹੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਡਿਜ਼ਾਈਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਪਹੁੰਚ ਯੋਗ ਹੋਣ, ਭਾਵੇਂ ਉਹ ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਹੋਵੇ, ਸਿੱਧਾ ਮਿਲ ਕੇ (ਵਾਕ-ਇਨ), ਜਾਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਫੇਰੀ ਰਾਹੀਂ।

MHWLs ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ?

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ MHWL ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਗੇ। ਫਿਰ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਇੱਕ ਦੇਖਭਾਲ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਗੇ। ਇਸ ਸਾਰੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੌਰਾਨ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

MHWLs ਵਿਭਿੰਨ ਕਿਸਮਾਂ ਦੀਆਂ ਛੋਟੇ, ਦਰਮਿਆਨੇ ਅਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀਆਂ (12 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਦੀ ਮਿਆਦ ਵਾਲੀਆਂ) ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

- ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਦੇ ਨਾਲ **ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ**।
- **ਵਿਹਾਰਕ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹੁਨਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ**, ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮੂਹਾਂ ਜਾਂ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨਾਲ ਜੁੜਨਾ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਲੋੜ ਅਨੁਸਾਰ ਹੋਰ ਭਾਈਚਾਰਕ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੇਵਾਵਾਂ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਵਿੱਤੀ, ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਰਿਹਾਇਸ਼ੀ ਸੇਵਾਵਾਂ) ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- **ਸਿੱਖਿਆ, ਸਵੈ-ਸਹਾਇਤਾ, ਅਤੇ ਸਹਿ-ਸਾਥੀ** ਗਰੁੱਪ, ਜੋ ਸਿੱਖਣ, ਅਨੁਭਵ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਸੰਬੰਧ ਬਣਾਉਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ।

MHWLs ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦਾ ਤਾਲਮੇਲ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਜੀਪੀ, ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਥੈਰੇਪਿਸਟ, ਮਾਹਰ ਸੇਵਾਵਾਂ, ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਨੋਟ ਕਰਨਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ MHWLs ਔਟਿਜ਼ਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਰੋਗ ਦਾ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸੰਕਟ ਸੇਵਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ NDIS ਵੱਲੋਂ ਵਿੱਤੀ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ, ਤਾਂ MHWLs ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ NDIS ਯੋਜਨਾ ਤੋਂ ਵੱਖਰੀਆਂ, ਹੋਰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

MHWLs ਔਟਿਸਟਿਕ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਮੱਦਦ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ?

- ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਲੋੜਾਂ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਅਗਲੇ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨਾ।
- ਔਟਿਸਟਿਕ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮਾਤਾ/ਪਿਤਾ/ਦੇਖਭਾਲਕਰਤਾ ਨੂੰ ਸਹਿ-ਸਾਥੀ ਸਹਾਇਤਾ ਗਰੁੱਪਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ/ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਦੋਸਤ ਹੋ, ਤਾਂ MHWLs ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਸਾਥੀ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਿਸਨੂੰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨਾਲ ਆਪ-ਬੀਤਿਆ ਅਨੁਭਵ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਹੋਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਮਾਹਿਰਾਂ ਕੋਲ ਅੱਗੇ ਭੇਜਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।
- ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਸਥਾਨਕ ਭਾਈਚਾਰਕ ਸਮੂਹਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਜਿਕ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਨੂੰ ਲੱਭਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨਾ।

- ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਦੂਜੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਸਵੈ-ਵਕਾਲਤ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ।
- ਆਤਮ-ਨਿਰਭਰ ਰਹਿਣ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮੱਦਦ ਕਰਨਾ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮੁਲਾਕਾਤਾਂ ਬੁੱਕ ਕਰਨਾ, ਬਜਟ ਬਣਾਉਣਾ, ਗੱਡੀ ਚਲਾਉਣੀ, ਅਤੇ ਖ਼ਰੀਦਦਾਰੀ ਕਰਨਾ।
- ਤੁਹਾਡੀ NDIS ਅਤੇ ਹੋਰ ਸਰਕਾਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨਾ।
- ਲੋੜ ਪੈਣ 'ਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਅਤੇ ਕੰਪਿਊਟਰਾਂ ਤੱਕ ਮੁਫ਼ਤ ਪਹੁੰਚ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ।
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਸ਼ਾਂਤ ਥਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਪ੍ਰਾਈਵੇਟ ਕਮਰੇ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।
- ਤੁਸੀਂ ਚਾਹ ਜਾਂ ਕੌਫੀ ਲਈ ਆ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਗ੍ਹਾ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਵੱਖ-ਵੱਖ MHWLs ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸਹਾਇਤਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ MHWL ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਮੈਂ MHWL ਤੱਕ ਕਿਵੇਂ ਪਹੁੰਚ ਕਰਾਂ?

ਯੋਗਤਾ ਸ਼ਰਤਾਂ:

ਤੁਸੀਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹੋ

- 26 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ।
- ਕੁੱਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਸਥਾਨਕ ਖੇਤਰ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀ ਹੋਣਾ। ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਇਲਾਕੇ ਦੇ ਨੇੜੇ ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ

- ਅੱਗੇ ਭੇਜਣ ਵਾਲੀ ਚਿੱਠੀ (ਰੈਫ਼ਰਲ) ਦੀ।
- ਮੈਡੀਕੇਅਰ ਕਾਰਡ।
- MHWL ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਕਰਨਾ। MWHL ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕੋਈ ਖ਼ਰਚਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਮੁਫ਼ਤ ਹਨ।

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ MHWL ਕਿੱਥੇ ਸਥਿਤ ਹਨ, ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ। ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਨਵੇਂ MHWLs ਖੁਲ੍ਹਣਗੇ, ਇਹ ਸੂਚੀ ਦਾ ਨਵੀਨੀਕਰਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਆਪਣੇ ਨੇੜਲੇ ਜਾਂ ਸਭ ਤੋਂ ਨਜ਼ਦੀਕੀ MHWL ਦੀ ਪਹਿਚਾਣ ਕਰੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਨੇੜੇ ਹੋਵੇ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ MHWL ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਫ਼ੋਨ
- ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਜਾ ਕੇ (ਕੋਈ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੈਅ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ)
- ਕੁੱਝ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, MHWL ਤੁਹਾਨੂੰ ਘਰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਨਿਯਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ MHWL ਨਾਲ ਫ਼ੋਨ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

MHWL ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰਾਂ ਅਤੇ ਪਤਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਉੱਪਰ ਦਿੱਤੀ ਸੂਚੀ ਵੇਖੋ। ਵੱਖ-ਵੱਖ MHWLs ਵਿੱਚ ਖੁੱਲ੍ਹਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸੰਬੰਧਿਤ MHWL ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਜਾਓ। MHWL ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਇੱਥੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਦੀ ਤਰਫੋਂ MHWL ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਮਿਲੀ ਹੋਵੇ।

ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਔਟਿਜ਼ਮ ਕਨੈਕਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਸਾਡੇ ਔਟਿਜ਼ਮ ਕਨੈਕਟ ਸਲਾਹਕਾਰ ਤੁਹਾਡੀ MHWL ਦੌਰੇ ਦੀ ਤਿਆਰੀ ਵਿੱਚ ਮੱਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆਮ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਫ਼ੋਨ: 1300 308 699
ਈ-ਮੇਲ: info@autismconnect.org.au
ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਅਤੇ ਵੈੱਬਚੈਟ:
www.amaze.org.au/autismconnect/