

정서적/정신 건강 도움

직접 받을 수 있는 곳

1. 패밀리 닥터 : 예약 필요.

- 패밀리 닥터를 만나실 예약을 하시면 됩니다. 패밀리 닥터가 없으시면:
- 헬스링크에 811 로 전화하시면 됩니다. (1 번 누르시고 I speak Korean 이라고 말씀하시면 통역사 연결됩니다)
- 집근처 클리닉을 찾으시면 <https://albertafindadoctor.ca/>
- 한국어 하는 닥터를 찾으실수 있습니다: www.cpsa.ca

2. 성인 중독 서비스 (AASC): 예약 불필요

- 여러종류의 외래 치료 서비스를 제공하며 마약중독이나 도박등때문에 힘들어하는 어른들과 가족들을 위한 서비스와 서포트를 제공합니다.
- 707 10 Avenue SW, Calgary AB T2R 0B3, 403-367-5000
- 드롭인 신청: 월-금 12:30pm 에와서 서류작성하고 카운셀러와 만나기

3. 무료/저비용 카운셀링: 예약 필요합니다

- Carya- 403-269-9888
- Catholic Family Services- 403-233-2360
- 무료-Calgary Immigrant Women's Association- 403-263-4414
- 무료-Eastside Family Counselling Centre- 403-299-9696
- 무료-Calgary Catholic Immigration Society- 403-298-8577
- 무료 – Immigrant Services Calgary – 403-444-1508
- 소득에 따라서 비용부담-Calgary Counselling Centre- 403-691-5991

4. 헬든 슈미어 헬스 센터 (긴급) : 예약 불필요, 긴급 정신건강 도움, 무료 통역

- 여러분야의 전문가들이 학대/폭력, 중독, 슬픔, 스트레스, 노화, 관계, 불안감, 우울증, 자살충동, 지속적이나 심각한 정신건강등을 진료하고 치료할수 있도록 도와줍니다
- 1213 4th St. SW, Calgary, Alberta, T2R 0X7 (12th Ave 와 4th St. 코너 SW)
- 월-금: 8:00 AM-10:00 PM; 토요일& 일요일: 8:00 AM- 9:00 PM. 403- 955-6200

5. 병원 응급실 : 예약 불필요(응급시) – 무료 통역

- 알버타 아동병원
 - 2888 Shaganappi Trail NW Calgary AB T3B 6A8 403-955-7211

- 풋힐즈 병원
- 1403 29 Street NW, Calgary, Alberta, T2N 2T9, 403-944-1110
- 피터 로히드 병원
- 3500 26 Avenue NE, Calgary, Alberta, T1Y 6J4, 403-943-4555
- 로키뷰 병원
- 7007 14 Street SW, Calgary, Alberta, T2V 1P9, 403-943-3000
- 사우스 헬스 캠퍼스
- 4448 Front Street SE, Calgary T3M 1M4, 403-956-1111

전화상의 도움

1. 정신건강 정보와 서비스 추천 연락처:

- 캘거리 정신건강 서비스 전화- 403- 943-1500, 통역가능
- 24 시간 정신건강 정보 전화- 1-877-303-2642, 24/7 통역가능
- 중독 도움 서비스 전화- 1-866-332-2322, 24/7 통역가능
- 헬스링크 - 811, 24/7 통역가능
- 가정폭력 도움 서비스 전화- 310-1818, 24/7 통역가능
- 왕따/놀림 도움 서비스 전화- 1-888-456-2323, 24/7 통역가능
- 아동 도움 서비스 전화 - 1-800-668-6868, 24/7

2. 긴급 도움:

- **기동 대응 팀 Mobile Response Team** - 403-266-4357
여러 전문가들이 팀을 이루어 긴급 상황 대비, 방지, 진료, 위기상황 스트레스 관리, 임시 보호소 연계, 정신건강 교육 등 가능합니다.
- **위기상황 도움 서비스 전화 Distress Centre** – 403-266-4357
위기에 처한 사람들이 도움을 받을수 있도록 대응방법을 가르쳐주고 필요하면 추천 해줍니다.
- **성폭력 전담 온라인 팀**- 1-866-403-8000
알버타내 무료 문자나 전화통화 서비스이며 성폭력을 경험한 사람들에게 정보, 서포트와 특정 서비스로의 연계를 도와 줍니다.
- **노인학대 전담팀** 403-705-3250
사회복지사 2 명, 경찰관 2 명, 간호사와 코디네이터로 구성된 팀이 도움을 드립니다.

3. 응급 상황: 응급시에는 당장 911 에 전화하세요 (자살충동, 살인충동) – 폴리스(경찰)나 앰블런스(구급차) 라고 말씀하신후 I speak Korean(아이 스피크 코리안)이라고 말씀하신후 통역사 연결되면 한국어로 대화하세요