

CLEAR THE AIR

« ویپنگ سے پہلے دو بار سوچیں۔ پیچھے ہٹ جائیں، ایک گہرا سانس لیں اور زندگی سے نمٹنے کے دوسرے طریقے تلاش کریں جیسے اپنی کمیونٹی سے جڑنا یا رضاکارانہ طور پر کام کرنا۔»

Alesha، فلپائنی کمیونٹی

مدد کے لیے Quitline کو 13 78 48 پر کال کریں۔

آپا ایک مفت ترجمان کو طلب کر سکتے ہیں۔



ویپنگ کے بارے میں مزید جاننے
کے لیے QR کوڈ اسکین کریں۔



Queensland
Government