

اتصل على الرقم '000' إذا كنت قلقًا وكانت حالة طارئة.

تأكد من وجود ما يلي على لائحة أرقام الطوارئ أدناه:

- على الأقل صديق واحد أو جار أو فرد من العائلة يمكنك الاتصال به في حالة الطوارئ * (من الأفضل أن يكون لديك 2 أو 3)
- رقم هاتف طبيب الشخص أو فريق الرعاية المخففة للآلام
- رقم اتصال واحد على الأقل لخط المساعدة أو لخدمة بعد ساعات العمل مثل: رقم الهاتف للاتصال بعد ساعات العمل بطبيب الشخص / الطبيب العام أو رقم ما بعد ساعات العمل لخدمة التمريض التي تستخدمها

هل يمكنني الاتصال على رقم خدمة بعد ساعات العمل؟ وكيف إذا كان ذلك ممكنًا؟	رقم الاتصال	الاسم و الدور والمنظمة