

Tôi nghe có tiếng nói  
và không có ai ở đó

Tôi trải qua  
những ngày không ngủ  
nhưng vẫn cảm thấy  
tràn đầy năng lượng

Tôi tin là tôi có  
các khả năng hoặc  
sức mạnh đặc biệt

Tôi tìm kiếm  
**các tin nhắn ẩn**  
đã nhắm đến tôi trên TV,  
radio và internet

Tôi nghĩ tôi đang bị  
theo dõi hoặc  
**quan sát**

Tôi nghĩ có một  
âm mưu đang  
chống đối tôi

Đã có lo lắng về  
một điều gì đó  
sai không ?

tìm kiếm điều gì  
sẽ xảy ra



[www.dshs.wa.gov/GetHelpEarly](http://www.dshs.wa.gov/GetHelpEarly)



Washington  
**Recovery Help Line**  
24-Hour Help for Substance Abuse, Problem Gambling & Mental Health  
**1.866.789.1511**  
(206) 461-3219 (TDD)