

الخط المجاني للصحة العقلية

كيف حالك اليوم؟

هل تشعر بقليل من الإحباط أو القلق أو الشعور بأنك متأزم أو مجرد قلق بشأن صحتك العقلية؟

إذا كان الأمر كذلك، اتصل بنا!

يمكننا الآن تقديم الدعم عبر الهاتف والدعم وجهًا لوجه *

*عن طريق موعد فقط

الدعم متاح
لأي شخص يبلغ من العمر
18 + ممن يعيشون في
برمنغهام أو
سوليهول



0121 262 3555

help@birminghammind.org

 mind | Birmingham
for better mental health

جمعية خيرية رقم 1003906 و
شركة محدودة
رقم الضمان رقم 024372

متوفر 24 ساعة * كل يوم

* سيتم استقبال المكالمات الهاتفية بين 11 مساءً و 9 صباحاً من قبل:

مؤسسة برمنغهام وسوليهول للصحة العقلية أو

فورورد ثكنينج برمنغهام (حسب العمر)