

نفسیاتی صحت کی ہیلپ لائن

آپ کیسے ہیں؟

کیا آپ کو مزاج خراب ہونے، اضطراب، مشکلات کا سامنا ہے یا محض آپ اپنی نفسیاتی صحت کے لیے **فکر مند** ہیں؟
اگر ایسا ہے تو ہمیں کال کریں
اب ہم بذریعہ **ٹیلیفون** اور **براہ راست معاونت** * دونوں کی
پیشکش کر سکتے ہیں *

لیکن صرف بذریعہ اپائنٹمنٹ *

برمنگھم یا سولہیل
میں رہنے والے، 18
سال سے زائد عمر
پر فرد کے لیے
معاونت دستیاب ہے



0121 262 3555

help@birminghammind.org

 **Mind Birmingham**
for better mental health

چینرٹی نمبر۔ 1003906 اور
کمپنی لمیٹڈ گارنٹی نمبر۔
024372

ہر روز 24 گھنٹے * دستیاب ہے

رات 11 بجے سے صبح 9 بجے تک موصول ہونے والی فون کالز عمر کی مناسبت سے یا
*تو

یا فارورڈ (**Forward Thinking Birmingham**) کی جانب سے موصول کی جائیں گی۔
(Birmingham & Solihull Mental Health Foundation) تھنکنگ برمنگھم
برمنگھم اینڈ سولہیل مینٹل ہیلتھ فاؤنڈیشن ٹرسٹ (**Trust**)