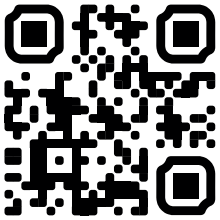


LET'S KEEP TALKING



پیسوں کے
مسائل کی
وجہ سے آپ
رات کو سو
نہیں سکتے؟

آپ اکیلے
نہیں ہیں۔



یہاں سے
سکین کریں

اپنے علاقے کی سروسز کی فہرست کے لیے



**Lancashire and
South Cumbria**
Health and Care Partnership

healthierlsc.co.uk/MentalHealthSupport

اگر آپ کو پیسوں کا مسئلہ ہو تو
رات کو جاگنا چھوڑیں اور کسی
دوست یا کسی اور سے بات کریں۔

اگر آپ نبرد آزما ہونے کی جدوجہد کر رہے ہیں
تو LSCFT مینٹل ہیلتھ کرائسز لائن کو
08009530110 پر کال کریں

یا سٹیزنز ایڈوائس www.citizensadvice.org.uk
سے رابطہ کریں یا پھر نیشنل ڈیٹ ہیلپ لائن
سے 08088084000 پر بات کریں