

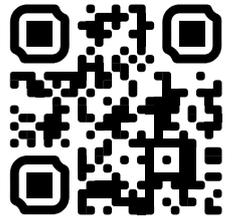
LET'S KEEP TALKING

আর্থিক
সমস্যা কি
আপনাকে
রাতে ঘুমাতে
দিচ্ছে না?

আপনি
একা নন।



অনিদ্রায় রাত কাটানো বন্ধ করুন,
আর্থিক উদ্বেগের কথা কোন ব্যক্তিকে
বা আপনার কোন বন্ধুকে বলুন।



আপনি যদি নিজে সামাল দিতে না পারেন,
তাহলে LSCFT-এর মানসিক স্বাস্থ্য সংকট বিষয়ক
লাইন **0800 953 0110**-এ কল করুন

অথবা www.citizensadvice.org.uk-এ Citizen
Advice-এর সাথে যোগাযোগ করুন অথবা ঋণ বিষয়ক
জাতীয় সহায়তা নম্বর **0808 808 4000**-এ কল করুন।

আপনার এলাকায়

উপলভ্য পরিষেবাগুলির ব্যাপারে
জানতে এখানে স্ক্যান করুন।



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

healthierlsc.co.uk/MentalHealthSupport