

LET'S KEEP TALKING

પૈસાની
સમસ્યાઓ
તમને રાત્રે
જાગતી
રાખે છે?

તમે
એકલા નથી.

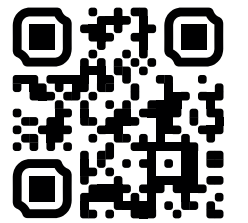


નિંદ્રાહીન રાત ટાળો, જો તમને
પૈસાની ચિંતા હોય તો કોઈ
અથવા મિત્ર સાથે વાત કરો.

જો તમે સામનો કરવા માટે સંઘર્ષ કરી રહ્યાં હોવ તો
LSCFT માનસિક સ્વાસ્થ્ય કટોકટી લાઇન
0800 953 0110 પર કોલ કરો

અથવા સિટિઝન્સ એડવાઇસ

www.citizensadvice.org.uk નો સંપર્ક કરો અથવા
0808 808 4000 પર નેશનલ ડેટ હેલ્પલાઇન પર કોલ કરો



અહીં સ્કેન કરો

તમારા વિસ્તારમાં સેવાઓની સૂચિ માટે



Lancashire and
South Cumbria
Health and Care Partnership

healthierlsc.co.uk/MentalHealthSupport