

السبيل إلى التمتع بصحة أفضل

هل تشعر:

بالعزلة

بالتعباسة

بتوعّك

أنك بحاجة لزيارة الممارس العام

أنك تعاني من ضغوط الحياة اليومية

بأعراض غير مفهومة



هل تشعر:

بالعزلة

بالتعباسة

بتوعّك

أنك بحاجة لزيارة الممارس العام

أنك تعاني من ضغوط الحياة اليومية

بأعراض غير مفهومة

العنصرية
٠١٤١ ٤١٨ ٦٥٣٠
www.crer.org.uk

خدمة معلومات مقدمي الرعاية
www.carersuk.org
٠٨٠٨ ٨٠٨ ٧٧٧٧

خدمة معلومات الإعاقة
www.gdaonline.co.uk
٠١٤١ ٥٥٦ ٧١٠٣



تعرف على الخدمات المقدمة...

منظمة بريزينج سبيس
(Breathing Space)
٠٨٠٠ ٨٣٨ ٥٨٧

خط المساعدة لحالات العنف المنزلي على مدار ٢٤ ساعة
٠٨٠٠ ٠٢٧ ١٢٣٤

مركز خدمات مزايا الرفاهية
والمشورة في المسائل المالية والديون
www.cas.org.uk
٠٨٠٨ ٨٠٠ ٩٠٦٠

الغذاء الصحي

فقد الخدمات المتناثرة
لدى صيدليتك المحلية

الإقلاع عن التدخين

٠٨٠٠ ٨٤ ٨٤ ٨٤

مجاناً على الرقم ١١١ التمارين الرياضية

NHS24.com

عبر عن رأيك
انضم إلى
منتديات الشراكة العامة
شبكات الإدماج



بادر بفعل شيء حيال ذلك...