

خط مساعدة مجاني للصحة النفسية على مدار 24 ساعة هاتف

0808 800 3302

إذا كنت أنت أو أي شخص آخر يهتمك بحاجة إلى مشورة عاجلة أو مساعدة تتعلق بصحتكم النفسية، فيمكنك الاتصال بنقطة الوصول المركزية للصحة النفسية على مدار 24 ساعة في اليوم، طوال أيام الأسبوع مجانًا وبسرية.

نحن هنا لنوفر لك الدعم الذي تحتاجه.

يرجى ملاحظة أن خطوط هذه الخدمة قد تكون مشغولة في أوقات معينة وقد تضطر إلى الانتظار حتى يتم الرد على مكالمتك.

الحالات الطارئة

إذا كنت قلقًا بشأن خطر حدوث ضرر فوري – سواء لك أو لشخص آخر - فاتصل بالرقم 999.