

અમારી 24-કલાક વિનામૂલ્યે માનસિક સ્વાસ્થ્ય હેલ્પલાઇન

ટેલિફોન

0808 800 3302

જો તમે, અથવા તમે જેની કાળજી રાખતાં હોવ તેવી કોઈ વ્યક્તિને, તમારા માનસિક સ્વાસ્થ્ય અંગે તાકીદ સલાહ કે ટેકાની જરૂર હોય તો તમે અમારા મેન્ટલ હેલ્થ સેન્ટ્રલ એક્સેસ પોઇન્ટને દિવસના 24 કલાક, અઠવાડિયાના સાતેય દિવસ વિનામૂલ્યે અને ગોપનીય રીતે કોલ કરી શકો છો.

અમે અહીં તમને જે ટેકાની જરૂર છે તે અપાવવા માટે છીએ.

કૃપા કરીને નોંધશો કે આ સેવા અમુક સમયે વ્યસ્ત હોઈ શકે છે અને તમારા કોલનો જવાબ આપી શકાય તે માટે તમારે રાહ જોવી પડી શકે.

કટોકટીના સંજોગોમાં

જો તમે - ક્યાંતો તમને પોતાને અથવા અન્ય કોઈને - કોઈ હાનિ થવાના ત્વરિત જોખમ અંગે ચિંતિત હોવ તો 999 પર ફોન કરો.

