

# C.A.L.L.



Llywodraeth Cymru  
Welsh Government

মানসিক স্বাস্থ্যের

জন্য ওয়েলসের হেল্প লাইন

0800 132 737

## টেক্সট করুন

Help লিখে  
81066 নম্বরে

মানসিক যন্ত্রণায় ভুগছেন এমন যে কোনও ব্যক্তির পাশাপাশি তাঁদের পরিবার এবং বন্ধুদের সহায়তা এবং তথ্য প্রদান করে এই হেল্পলাইন।

আপনি যদি আপনার অনুভূতি, চিন্তাভাবনা বা উপসর্গ দ্বারা চিন্তিত, ভীত বা উদ্ভিগ্ন হন - তাহলে এই হেল্পলাইনে ফোন বা টেক্সট করুন।

যাঁরা ইংরেজি বা ওয়েলশ বলতে পারেন না (বা বলতে পছন্দ করেন না) তাঁদের সুবিধার জন্য C.A.L.L. ল্যাঙ্গুয়েজ লাইনের অনুবাদ পরিষেবা ব্যবহার করে।

[www.callhelpline.org.uk](http://www.callhelpline.org.uk)