

Help Yourself to Health



اپنے آپ کو صحت میں مدد کریں

کیا آپ اپنی اور اپنے خاندان کی صحت کو بہتر بنانے میں دلچسپی رکھتے ہیں؟

کیا آپ این ایچ اس NHS کی خدمات کو مزید جانتنا چاہتے ہیں جو آپ اور اپنے خاندان کو مفت اور دستیاب ہیں؟

اپنے آپ کو صحت میں مدد، جہ بفتے کا مفت پروگرام ہے

فی الحال یہ پروگرام ستن میں پولش،
تمل، اور اردو بولنے
والی کمیونٹی کو پیش کیا جا رہا ہے



مزید معلومات کے لیے کہ آپ اپنی آپ کو صحت میں مدد کیسے کر سکتے ہیں، برآہ مہربانی ہمیں 02089733540
پر فون کریں یا ہمیں ای میل hrch.hythsutton@nhs.net پر