



Masz gorszy nastrój, martwisz się albo żyjesz w stresie?

**Jesteśmy tu,
by Ci pomóc**

Jeśli doświadczasz problemów ze zdrowiem psychicznym, zapewniamy różne rodzaje wsparcia dla tysięcy osób, aby pomóc im w radzeniu sobie ze swoimi myślami, uczuciami i emocjami.

Nasza usługa Talking Therapies zapewnia bezpieczną przestrzeń, w której możesz porozmawiać o tym, co czujesz, zastanowić się nad swoimi problemami i znaleźć wsparcie, dzięki któremu lepiej zadbasz o swoje zdrowie psychiczne.



www.derby-talk.co.uk



0333 041 7262



Zeskanuj kod, aby się
zarejestrować – usługa jest
BEZPŁATNA i całkowicie poufna.

Services provided by



Czy masz któryś z poniższych objawów?



Zamartwianie się



Pogorszenie
nastroju



Ciągły stres



Niepokój



Brak motywacji

Nasze sprawdzone terapie oparte na rozmowie mogą pomóc Ci znaleźć nowe sposoby radzenia sobie ze zdrowiem psychicznym, dzięki którym odzyskasz dobry nastrój.

Oferujemy szeroki zakres terapii opartych na rozmowie, takie jak spotkania osobiste, webinaria czy samopomoc cyfrowa SilverCloud.



Wystarczą zaledwie trzy kroki

01

Możesz zarejestrować się samodzielnie, korzystając z naszej witryny internetowej, skanując poniższy kod QR lub kontaktując się z nami telefonicznie.

02

Przyjazny pracownik z naszego zespołu oceni Twój stan i wspólnie ustalimy najlepszą opcję wsparcia dla Ciebie.

03

W trakcie terapii wspierać Cię będzie wykwalifikowany terapeuta.



Skontaktuj się z nami już dziś – usługa jest BEZPŁATNA i całkowicie poufna.



www.derby-talk.co.uk



0333 041 7262

**Zeskanuj
kod, aby się
zarejestrować**

