

TOGETHER
WE CAN

choose
we/

معاً يمكننا
أن نحسن الاختيار

NHS



إبقِ بصحة جيدة هذا الشتاء



يمكننا جميعاً أن نلعب دورنا لحماية أنفسنا ومن حولنا
هذا الشتاء.

للحصول على نصائح الرعاية الذاتية ومزيد من
المعلومات حول الخدمات المحلية قم بزيارة موقع
togetherwe-can.com

West Yorkshire
Health and Care Partnership



الخدمات الإلكترونية



حجز المواعيد أو طلب الوصفات الطبية المتكررة من خلال تطبيق NHS أو موقع عيادة GP / الممارس العام الخاص بك. قم بزيارة 111.nhs.uk للتحقق من الأعراض والحصول على مساعدة طبية عاجلة على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع.



عيادات الطبيب الممارس العام

هنا للمساعدة ويمكن أن تشمل الأطباء والممرضات والمعالجين المهنيين وأخصائيي العلاج الطبيعي. سنضمن حصولك على الرعاية المناسبة لاحتياجاتك.



الصحة النفسية

من المهم أن نعتني بصحتنا العقلية ورفاهيتنا بنفس الطريقة التي نتعامل بها مع صحتنا الجسدية. الدعم والموارد متوفرة.



لقاح الإنفلونزا و COVID-19

إذا كان عمرك أكثر من 50 عامًا ، أو حامل ، أو لديك حالة مرضية مزمنة/ طويلة الأمد ، أو تعتني بشخص ما ، فاحصل على لقاح الإنفلونزا و COVID-19 مجانًا.



الرعاية الشتوية

ابحث عن نصائح حول كيفية الحفاظ على صحتك. احموا أنفسكم والآخرين من حولك هذا الشتاء.



الصيدلية

للحصول على المشورة الطبية والعلاجات لأشياء مثل نزلات البرد ومشاكل البطن والطفح الجلدي والالام.

للحصول على نصائح الرعاية الذاتية ومزيد من المعلومات حول الخدمات المحلية قم بزيارة الموقع: [togetherwe-can.com](https://www.togetherwe-can.com)