



PERINATAL SUPPORT
WASHINGTON



BESOIN D'SOUTIEN?

**VOUS ÊTES PAS TOUT SEUL
APPELEZ OU TEXTEZ LA LIGNE CHAUDE
1-888-404-7763**

**1 sur 5 Femmes et
1 sur 10 Hommes**

Avoir de l'angoisse,
des pensées
obsédantes, des
sentiments de
désespoir, d'inutilité,
et même des
pensées de se
suicider pendant la
grossesse ou après la
naissance d'un
enfant.

GRATUIT
CONFIDENTIEL
ÉMOTIONNEL
SOUTIEN DE
CAMARADES
PARENTS

RÉPONDU EN DIRECT
9H-16H, L-V
MESSAGES DU SOIR &
DU WEEK-END
RETOURNÉS
DANS LES 14 HEURES

RÉFÉRANCES À
DES PROFESSIONNELS
GROUPES DE SOUTIEN
ET AUTRES RESSOURCES

Support Périnatal Washington (PS-WA) est une organisation à but non lucratif à l'échelle de l'État qui s'engage à faire ressortir la santé mentale périnatale pour aider toutes les familles et communautés. Nous aidons les gens dans la transition émotionnelle vers la parentalité, y compris ceux qui vivent de la dépression, de l'anxiété, des pertes, de l'infertilité, des traumatismes, et plus encore.



PERINATAL SUPPORT
WASHINGTON



LA LIGNE CHAUDE C'EST

- Répondu par des parents qui ont vécu et se sont remis d'un problème de santé mentale périnatale
- Le leader dans l'fourni d'soutien émotif continu, de planification de bien-être, et de références ciblées aux fournisseurs ou aux services communautaires
- Pas juste pour les mamans, on aide les partenaires, les papas, les membres de la famille, les amis, et les fournisseurs
- Plus d'un coup de téléphone, on est là pour t'aider dans ton voyage

VOUS AVEZ PAS À FAIRE ÇA TOUT SEUL. APPELER LA LIGNE CHAUDE AIDE À COMBATTRE L'ISOLEMENT EN PARLANT AVEC DES PARENTS QUI ONT DÉJÀ PASSÉ PAR LÀ ET, À TRAVERS LE DIALOGUE, NORMALISE LES TROUBLES DE L'HUMEUR ET D'ANXIÉTÉ PÉRINATAUX. NOUS OFFRONS UNE ASSURANCE QU'IL N'Y A PAS QU'UN SEUL CHEMIN VERS LE BIEN-ÊTRE.

- Appelle ou envoie un texto: 888.404.7763
- Interprètes à votre disposition
- Courriel: warmline@perinatalsupport.org
- Visite: perinatalsupport.org