



ಸಹಾಯ ಬೇಕೇ?

ವಾರ್ಮ್ ಲೈನ್
ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತದೆ



PERINATAL SUPPORT
WASHINGTON

ನಮಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ
ಅಥವಾ ಸಂದೇಶ ಕಳುಹಿಸಿ

1-888-404-7763

ಸಹ ಪ್ರೋಷಕರಿಂದ ಉಚಿತ, ಗೌಪ್ಯ
ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಂಬಲ



ವೃತ್ತಿಪರರು, ಬೆಂಬಲ ಗುಂಪುಗಳು ಮತ್ತು
ಇತರ ಸಂಪನ್ಮೂಲಗಳಿಗೆ ಉಲ್ಲೇಖಗಳು



ಬೆಳಿಗ್ಗೆ 9 ರಿಂದ ಸಂಜೆ 4:30 ರವರೆಗೆ ಲೈವ್
ಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲಾಗಿದೆ, ಸೋಮ - ಶುಕ್ರ
ಸಂಜೆ ಮತ್ತು ವಾರಾಂತ್ಯದ ಸಂದೇಶಗಳಿಗೆ
14 ಗಂಟೆಗಳ ಒಳಗೆ ಉತ್ತರ ನೀಡಲಾಗುವುದು



ಪೆರಿನಾಟಲ್ ಸಪೋರ್ಟ್ ವಾಶಿಂಗ್ಟನ್ (ಪಿಎಸ್-ಡಬ್ಲ್ಯುಎ) ಎಂಬುದು
ಎಲ್ಲಾ ಕುಟುಂಬಗಳು ಮತ್ತು ಸಮುದಾಯಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸಲು
ಪೆರಿನಾಟಲ್ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯದ ಮೇಲೆ ಬೆಳಕು ಚೆಲ್ಲಲು
ಬದ್ಧವಾಗಿರುವ ಲಾಭರಹಿತ ಸಂಸ್ಥೆಯಾಗಿದೆ.



ಇದನ್ನು ನೀವೇ
ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ.

ನಾವು ಖಿನ್ನತೆ, ಆತಂಕ, ನಷ್ಟ,
ಬಂಜಿತನ, ಆಘಾತ ಮತ್ತು
ಇತರವುಗಳನ್ನು
ಅನುಭವಿಸುವವರನ್ನು
ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಪೋಷಕತ್ವಕ್ಕೆ
ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಪರಿವರ್ತನೆಯಲ್ಲಿ
ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತೇವೆ.

ಪೆರಿನಾಟಲ್ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ
ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ
ಮತ್ತು ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡ ಪೋಷಕರ
ಸಹಾಯದಿಂದ ಉತ್ತರಿಸಲಾಗಿದೆ.

5 ರಲ್ಲಿ 1 ಮಹಿಳೆ
ಮತ್ತು 10 ರಲ್ಲಿ 1 ಪುರುಷ

ಗರ್ಭಾವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ
ಅಥವಾ
ಮಗುವಿನ ಜನನದ
ನಂತರ ಆತಂಕ, ಗೀಳು
ಆಲೋಚನೆ, ಹತಾಶೆಯ
ಭಾವನೆಗಳು,
ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕತೆ ಮತ್ತು
ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಯ
ಆಲೋಚನೆಗಳನ್ನು
ಹೊಂದಿರುತ್ತಾರೆ

- ನಮಗೆ ಕರೆ ಮಾಡಿ ಅಥವಾ ಸಂದೇಶ ಕಳುಹಿಸಿ:
1-888-404-7763
- ಇಂಟರ್‌ನ್ಯಾಷನಲ್ ಲಭ್ಯವಿದ್ದಾರೆ
- ಇಮೇಲ್: warmline@perinatalsupport.org
- ಭೇಟಿಯಾಗಿ: perinatalsupport.org

