



# सहायता चाहिन्छ?

वार्म लाईनले मद्दत  
गर्न सक्छ



PERINATAL SUPPORT  
WASHINGTON

हामीलाई कल गर्नुहोस् वा टेक्स्ट पठाउनुहोस्

# 1-888-404-77-63

सँगी आमाबाबुबाट निःशुल्क, गोप्य  
भावनात्मक सहयोग



विज्ञहरू, सहायता समूहहरू र अन्य  
स्रोतहरूमा सिफारिसहरू



प्रत्यक्ष जवाफ 9 बजे बिहान - 4:30 बजे बेलुकी,  
सोम - शुक्र  
साँझ र सप्ताहन्तका सन्देशहरू 14 घण्टा भित्र फर्किन्छ



नवजात सहायता वाशिङ्गटन (PS - WA) भनेको सबै परिवार र समुदायहरूलाई  
सहयोग गर्न नवजात सम्बन्धित मानसिक स्वास्थ्यमा प्रकाश पार्न प्रतिबद्ध एक  
गैर-नाफामुखी संस्था हो।



तपाईंले यो आफै एकलै गर्नु पर्दैन।

हामी डिप्रेसन, चिन्ता, नोकसान, बांझोपन, आघात, र अधिक अनुभव गर्नेहरू लगायत भर्खरै अभिभावक बनेका परिवारलाई यस भावनात्मक परिवर्तनमा सहयोग गर्दछौं।

प्रसवकालीन मानसिक स्वास्थ्य समस्या अनुभव गरेका र त्यसबाट निको भएका आमाबाबुले जवाफ दिए

- कल वा टेक्स्ट: 1-888-404-7763
- दोभाषे उपलब्ध छन्
- इमेल:  
[warmline@perinatalsupport.org](mailto:warmline@perinatalsupport.org)
- भ्रमण गर्नुहोस्: [perinatalsupport.org](http://perinatalsupport.org)

