

Juntas ✨ Con Esperanza

Un lugar para sentirse mejor



¿Estás embarazada o tuviste un bebé? ¿Te sientes triste, irritada, aislada, con ansiedad?

Acompáñanos en **Juntas ✨ con Esperanza, en español**. Este grupo es para mamás que están embarazadas o tienen hijos de preescolar en casa.

Día: Lunes **Hora:** 11:00 – 1:00 p.m.

Lugar: Young Roots 1630 SE 9th Ave, Albany 97322

Queremos ofrecerte el mayor apoyo posible para ti y tu familia. El ser mamá es muy bello, pero puede ser estresante. Cualquier mujer, no importa su cultura, edad, ingreso económico ni raza puede desarrollar depresión o ansiedad. Estos síntomas pueden aparecer en cualquier momento durante el embarazo y hasta 12 meses después del nacimiento de su bebé.

Se ha comprobado que un grupo de compañeras de apoyo puede ser de mucho beneficio.

En este grupo encontrarás un lugar donde serás escuchada, entendida, apoyada, informada.

Tendremos comida ligera para compartir y cuidado de niños. ¡Te esperamos, no faltes!

Para más información llame a:

Rocio Badger 541 220-5817, 541 812-44303

Yessenia Sanchez 541 220-5653



Samaritan
Health Services

samhealth.org

