

### تداوی کلینیکی، خدمات جوانان و فامیل بهبود پس از تروما

انجمن آسیایی یوتا | 990-9452 (801)

[aau-slc.org/what-we-do/get-help/behavioral-health-referral.html](http://aau-slc.org/what-we-do/get-help/behavioral-health-referral.html)



### خط ملی اضطرار خودکشی و بحران 988

حمایت رایگان و محرمانه از کارمندان آموزش دیده در زمینه بحران. 24 ساعت شبانه روز، 7 روز هفته در دسترس است. اگر با احساسات چالش برانگیز دست و پنجه نرم می کنید یا نگران شخص دیگری هستید، با 889 تماس بگیرید.

[utah.gov.988](http://utah.gov.988)



### خط ملی برای مادران حامله و کسانی که به تازه گی مادر شده اند

کمک رایگان و محرمانه برای مادران جدید. 24 ساعت شبانه روز، 7 روز هفته در دسترس است. مشاوران آموزش دیده در حوزه صحت مادران. 852-6262 (833)

[mchb.hrsa.gov/programs-impact/national-maternal-mental-health-hotline](http://mchb.hrsa.gov/programs-impact/national-maternal-mental-health-hotline)



### تداوی و بهبود برای بازماندگان خشونت

مرکز THRIVE برای بازماندگان شکنجه. Medicaid را می پذیرد. 363-4596 (801)

[thrivesot.org/resettlement-and-medical-screening-referral](http://thrivesot.org/resettlement-and-medical-screening-referral)



### مشوره و حمایت همتایان برای پناهندگان

پروگرام خدمات صحت پناهندگان USCRI. خدمات رایگان. 615-6514 (800)

[refugees.org/behavioral-health-support-program](http://refugees.org/behavioral-health-support-program)



برای بررسی منابع بیشتر، تلفون خود را باز کرده و این کود را اسکن کنید یا به وبسایت [MaternalResources.utah.gov](http://MaternalResources.utah.gov) مراجعه کنید.



**You are not alone.  
There is help.**



## **Clinical therapy, youth & family services, trauma recovery**

Asian Association of Utah | (801)-990-9452

[aau-slc.org/what-we-do/get-help/behavioral-health-referral.html](http://aau-slc.org/what-we-do/get-help/behavioral-health-referral.html)



## **988 Suicide and Crisis Lifeline**

Free, confidential support from trained crisis workers. Available 24 hours a day, 7 days a week. If you are struggling with your emotions or worried about someone else, call 988.

[988.utah.gov](http://988.utah.gov)



## **The national hotline for pregnant and new moms**

Free, confidential help for new mothers. Available 24 hours a day, 7 days a week. Trained counselors in maternal health. (833) 852-6262

[mchb.hrsa.gov/programs-impact/national-maternal-mental-health-hotline](http://mchb.hrsa.gov/programs-impact/national-maternal-mental-health-hotline)



## **Therapy and healing for survivors of violence**

THRIVE Center for Survivors of Torture. Accepts Medicaid. (801) 363-4596

[thrivesot.org/resettlement-and-medical-screening-referral](http://thrivesot.org/resettlement-and-medical-screening-referral)



## **Counseling and peer-to-peer support for refugees**

USCRI Refugee Health Services program. Free services. 800-615-6514

[refugees.org/behavioral-health-support-program/](http://refugees.org/behavioral-health-support-program/)



Open your phone and scan this code for more resources or visit [MaternalResources.utah.gov](http://MaternalResources.utah.gov)