

MOMS Summer Drop-Ins

Helping MOMS get the support they need with perinatal distress, depression and/or anxious moods



Please join us:
Free Summer Drop-Ins



- For Moms experiencing perinatal distress, depression and/or anxiety
- Discuss symptoms, helpful tools and learn about community resources
- Get support from other MOMS about their personal recovery and journey
- MOMS, Babies and support people welcome

Dates: Thursday June 29th, 10:30am-Noon
Thursday July 27th, 10:30am-Noon
Thursday August 24th, 10:30am-Noon

Location: Family Services Ottawa, Room 6

**** MOMS Program will continue to offer weekly assessment throughout the summer and Therapy Support Groups will resume in the fall.**

Or visit our website: www.familyservicesottawa.org for more information or contact the MOMS program coordinator: Theresa at twilloughby@familyservicesottawa.org

Since 2006, Family Services Ottawa in partnership with the City of Ottawa has been providing counselling and support for women experiencing postpartum distress, depression and/or anxiety.

Services are available and accessible to all regardless of ethnicity, race, age, ability, gender, sexual orientation, income, and political or religious affiliation.

MOMS porte-ouverte



SVP joignez-vous a nous pour:
Porte-ouverte gratuite durant l'été



- Pour les mères qui vivent des difficultés comme l'angoisse, l'anxiété, ou la dépression après une naissance.
- Nous discuterons de votre expérience pour vous offrir de l'appui.
- Recevoir du soutien d'autres mères, ce qui aiderait dans votre vécu.
- Toute(s) mères, partenaires et bébés sont les bienvenues.

Dates: **Jeudi 29 juin à 10h30-12h00**
 Jeudi 27 juillet à 10h30-12h00
 Jeudi 24 août, 10h30-12h00

**** Le programme de MOMS continuera de faire les évaluations durant l'été et reprendra les groupes de soutien à l'automne.**

Visitez notre site web: www.familyservicesottawa.org ou note service intake (613) 725-3601 X117

Depuis 2006, Services à la famille Ottawa, en partenaire avec le Ville d'Ottawa, aidons les parents avec le counselling et du soutien pour ceux qui vivent des difficultés après une naissances.

Les services sont disponibles pour tous sans jugement de la race, age, ethnie, religion, orientation sexuelle, genre, revenue, orientation politique, etc.

