

# Grávida? A consumir? Podemos ajudar.



DIGITALIZE

Ligue ou envie uma  
mensagem para o número  
**401-318-9577**

Nós somos colegas  
especialistas certificados em  
apoio à recuperação que  
sabem o que está a passar.

Se está a consumir ou  
em recuperação, estamos  
aqui para ajudar.  
Sem custos, sem julgamentos.

**[PSNRI.org/help](https://PSNRI.org/help)**

