

# *When Hello Means Goodbye*



Grieving is unique to everyone. We are here to support you and meet you where you are.



**How Perinatal Connections can support you:**

- Free postpartum visit by a Registered Nurse**
- Mental Health Screening**
- Connection to community resources and support groups**
- Postpartum depression prevention program**
- Connection to counseling services**
- Lactation support**

*For more information and to  
request a visit:*

*(844) NTX-KIDS (844-689-5437)  
PC@HelpMeGrowNorthTexas.org*



*Scan here to  
connect and request  
support*



**Help Me Grow**  
North Texas

# *Cuando hola significa adiós*



El duelo es exclusivo de todos. Estamos aquí para apoyarte y encontrarte donde estés.



**Cómo Perinatal Connections puede ayudarle:**

- Visita posparto gratuita por parte de una enfermera titulada
- Examen de salud mental
- Conexión a recursos comunitarios y grupos de apoyo.
- Programa de prevención de la depresión posparto.
- Conexión a servicios de asesoramiento.
- Apoyo a la lactancia

Para más información y solicitar visita:  
(844) NTX-KIDS (844-689-5437)  
[PC@HelpMeGrowNorthTexas.org](mailto:PC@HelpMeGrowNorthTexas.org)



*Escanee aquí para  
conectarse y  
solicitar soporte*



Help Me Grow  
North Texas

*“Sometimes the  
smallest things take  
up the biggest space in  
your heart”  
-A.A. Milne*



We are here for you and your family, so you don't have to do it alone.



*Scan here to  
connect and request  
support*



Help Me Grow  
North Texas

*“A veces las cosas más  
pequeñas ocupan el  
mayor espacio en tu  
corazón”  
-A.A. Milne*



Estamos aquí para usted y su familia, para que  
no tenga que hacerlo solo.



*Escanee aquí para  
conectarse y  
solicitar soporte*



Help Me Grow  
North Texas