

My Options

All the information and support you need in an unplanned pregnancy

Gravidez não planeada?

Poderá encontrar ajuda no novo número gratuito

Ligue 1800 828 010

Segunda a Sexta das 9:00 às 20:00

Sábados das 10:00 às 14:00



Se está a experienciar uma gravidez não planeada, o **My Options** é o novo número gratuito do HSE que presta aconselhamento de forma gratuita e confidencial.

Oferecemos-lhe apoio e informações sobre todas as suas opções, incluindo assistência durante a gravidez e serviços de interrupção voluntária da gravidez.

www.myoptions.ie





Poderá encontrar ajuda no novo número gratuito

Ligue 1800 828 010

Segunda a Sexta das 9:00 às 20:00

Sábados das 10:00 às 14:00



Aconselhamento para uma gravidez não planeada

O aconselhamento durante uma gravidez não planeada foi concebido para apoiar e ajudar-lhe a lidar com uma gravidez não planeada.

Podemos prestar-lhe aconselhamento por telefone ou encaminhar para uma sessão de aconselhamento individual.

Ligue para o número **1800 828 010** e fale com um dos nossos conselheiros experientes e profissionais.

Poderá ainda beneficiar de aconselhamento após uma interrupção voluntária da gravidez.

É um serviço gratuito, disponível a todos aqueles que dele necessitam.