

ខ្ញុំឮសម្លេង

ហើយគ្មាននរណាម្នាក់នៅទីនោះទេ

មិនគេងជាច្រើនថ្ងៃ  
ប៉ុន្តែមានអារម្មណ៍ថាមានកម្លាំង

ខ្ញុំជឿជាក់ថា ខ្ញុំមាន  
សមត្ថភាព  
ប្តូរកម្លាំងពីសេស

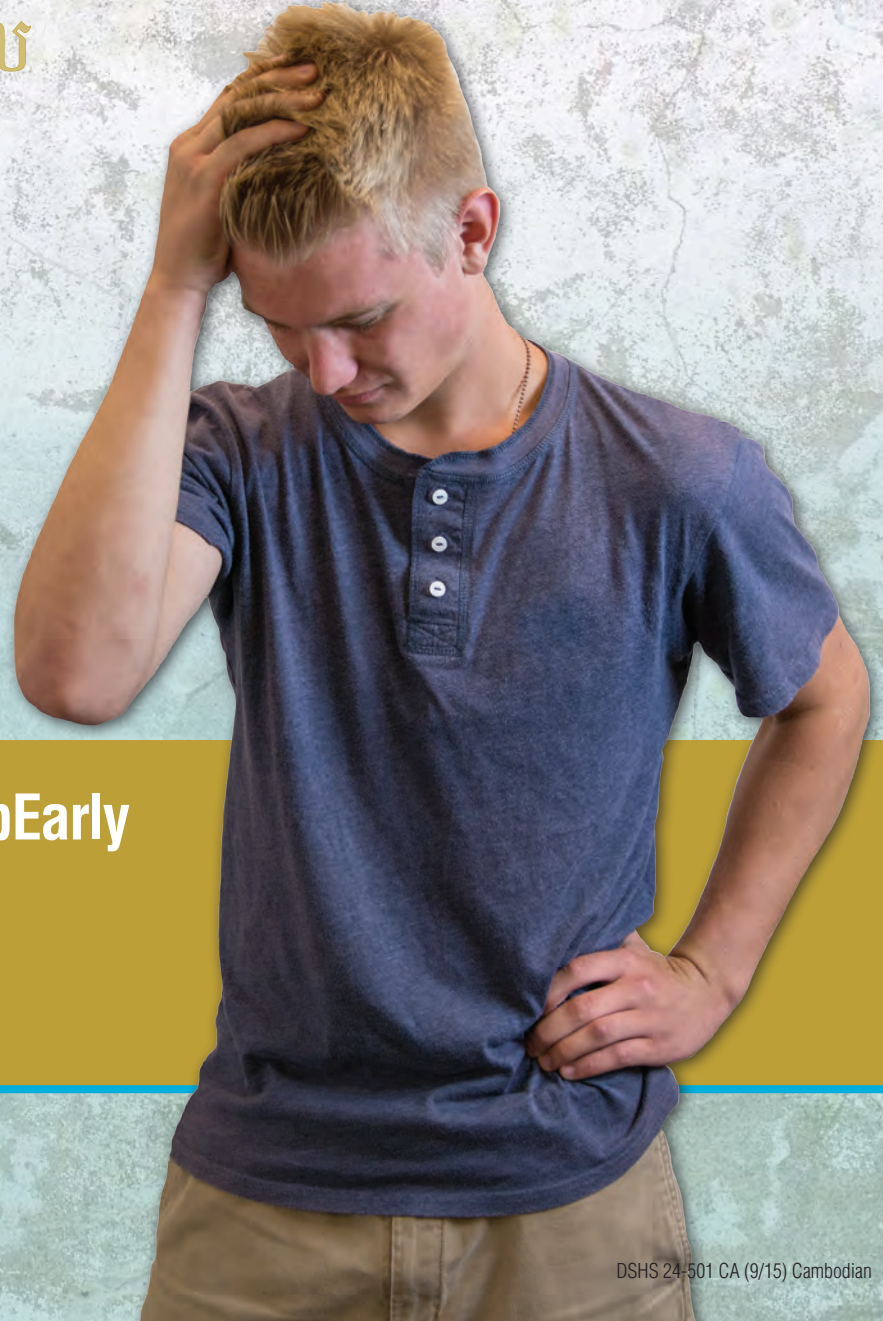
ខ្ញុំស្វែងរក  
សារអាថ៌កំបាំង  
សំដៅមករកខ្ញុំក្នុងទូរទស្សន៍  
វិទ្យុ និងអ៊ិនធឺណិត

ខ្ញុំគិតថា ខ្ញុំកំពុង  
ត្រូវបានតាម  
ប្តូរយ៉ូអែល

ខ្ញុំគិតថាមាន  
ផែនការសម្ងាត់ប្រឆាំងនឹងខ្ញុំ

ព្រួយបារម្ភ  
ពីអ្វីមួយគឺខុស?

ស្វែងរកអ្វីដែលកំពុងកើតឡើង



[www.dshs.wa.gov/GetHelpEarly](http://www.dshs.wa.gov/GetHelpEarly)



Washington  
**Recovery Help Line**  
24-Hour Help for Substance Abuse, Problem Gambling & Mental Health  
1.866.789.1511  
(206) 461-3319 (t1)