

# FREE TELEPHONE COUNSELLING HELP

இலவச தொலைபேசி  
வழி ஆற்றுப்படுத்தல்



## தமிழ்: 9 am to 12 pm

சந்தோஷ்	- 97910 32553
மணிகண்டன்	- 98417 65402
அந்தோணி	- 99622 86157
ப்ரினூ	- 98401 24929

## 1 pm to 4 pm

டிரைபினா	- 96772 64891
இராமகிருஷ்ணன்	- 94877 47830
விசாலி	- 63693 52984

## ENGLISH: 9 am to 12 pm

Thaddeus	- 99529 99141
Janet	- 72990 73898
Kiruthika	- 95667 68191

## 1 pm to 4 pm

Paul	- 97513 69666
Bosco	- 81329 23391
James	- 94444 72353

## Hindi

Vandana	- 95001 59928
---------	---------------

## Malayalam: 9 am to 12 pm

Abina	- 80956 46069
Kalaveena	- 97886 26371
Joseph	- 89401 51600

## 1 pm to 4 pm

Ajin	- 70349 24838
Preenu	- 98401 24929
Thaddeus	- 99529 99141

## KANNADA

Assuntha	- 96292 84604
Swapna	- 79960 04672

## GUJARATHI

Joseph James	- 80721 20218
--------------	---------------

## TELUGU

Flora	- 94913 72979
Swapna	- 79960 04672



**NIRAIVAGAM**  
Don Bosco Institute of  
Psychological Services



Are you experiencing anxiety,  
depression and other negative emotions  
due to COVID-19 and shutdown ?  
We are here to offer free Telephone counselling.

கொரோனா வைரஸ் அச்சுறுத்தலாலும்,  
சமூக வாழ்வு முடக்கத்தாலும் பதட்டம், மனஅழுத்தம்  
போன்ற எதிர்மறை உணர்வுகளால் பாதிக்கப்படுகிறீர்களா?  
தொலைபேசி மூலம் ஆற்றுப்படுத்தல் பெற அணுகவும்.

**TIME:**  
MORNING 9 AM TO 12 PM  
AFTERNOON 1 PM TO 4 PM.

**நேரம்:**  
காலை 9 மணி முதல் 12 மணி வரை  
பிற்பகல் 1 மணி முதல் 4 மணி வரை



The Citadel, # 45, Landons Road, Kilpauk, Chennai - 10, Tamil Nadu, India  
[www.niraivagam.org](http://www.niraivagam.org)