

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ

Всем жителям Нью-Йорка доступны **бесплатные и конфиденциальные услуги психологической помощи**. Указанные ниже программы предоставят помощь вам и вашим близким.

NYC Well. Сейчас у многих людей появляются чувства стресса, подавленности, печали, тревоги или страха. Доступна бесплатная и конфиденциальная помощь на более чем 200 языках.

- Для получения советов посетите сайт NYC Well по адресу nycwell.cityofnewyork.us/.
- Если симптомы стресса или тревожности ухудшаются, обратитесь за помощью в круглосуточную службу, позвонив по телефону **1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355)** или отправив сообщение «WELL» на номер **65173**.

Поддержка для жертв преступления или насилия.

- Для составления плана безопасности, поиска убежища, получения психологической поддержки или другой помощи звоните на **круглосуточную горячую линию Safe Horizon 1-800-621-4673** или используйте чат Safe Horizon на сайте safehorizon.org/safechat
- Список ресурсов для жертв домашнего или гендерного насилия или насилия на свидании см. на сайте **Love is Respect (loveisrespect.org)** или **Day One (dayoneny.org)**.

Поддержка для учащихся и их семей. Во время пандемии COVID-19 для всех учащихся и их родных предлагаются услуги и ресурсы психологической помощи.

- Обратитесь к координатору по работе с родителями, школьному социальному работнику или школьному психологу или посетите сайт nyc.gov/schoolmentalhealth, чтобы узнать об удаленных психологических консультациях и других услугах.

Поддержка для находящихся в заключении и их родных.

- Посетите сайт <https://tinyurl.com/guideforjusticeinvolved>, на котором приведена информация о ресурсах психологической помощи, которая предоставляется во время пандемии COVID-19 судимым лицам, членам семей лиц, находящихся в заключении или недавно освободившихся из заключения, а также опекунам детей, родители которых находятся в заключении.

Поддержка для пожилых жителей Нью-Йорка.

- Если вы страдаете от одиночества или изоляции или если у вас есть вопросы об услугах психологической помощи, получаемых через Департамент по делам пожилых людей города Нью-Йорка (NYC Department for the Aging), позвоните на **горячую линию Aging Connect по телефону 212-AGING-NYC (212-244-6469)**. На горячей линии Aging Connect также предоставляется помощь лицам, ухаживающим за пожилыми людьми.

Полный список услуг психологической помощи для жителей Нью-Йорка, остающихся дома во время пандемии коронавируса, см. на сайте nyc.gov/thrivenyc

Russian