

# NYC 정신 건강 자료

모든 뉴욕 시민들은 전화나 온라인으로 다양한 정신 건강 서비스를 무료로 비밀리에 이용할 수 있습니다. 여러분 또는 사랑하는 누군가가 지원이 필요하다면, 아래 프로그램에 문의하십시오.

**뉴욕시 Well:** 지금 당장은 일반적으로 스트레스, 억눌림, 슬픔, 불안, 두려움을 느낍니다. 200 개 이상의 언어로 숙련된 상담사가 연중무휴 24 시간 무료로 비밀리에 도움을 줄 수 있습니다.

- 해당 정보를 확인하려면, [nycwell.cityofnewyork.us/](http://nycwell.cityofnewyork.us/)에서 NYC Well 웹사이트를 방문하십시오.
- 스트레스나 불안 증상이 심각할 경우, **1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355)**번으로 전화하거나 **65173** 번으로 "WELL"이라고 문자 메시지를 보내십시오.

## 범죄, 폭력, 또는 학대로 피해를 입은 사람들을 위한 지원:

- 시급한 안전 계획, 대피소 지원, 정신 건강 지원 및 기타 자료를 확인하려면, Safe Horizon 의 **24-시간 핫라인 1-800-621-4673** 번으로 전화하거나, [safehorizon.org/safechat](http://safehorizon.org/safechat) 에서 Safe Horizon 변호사와 채팅하십시오.
- 여러분 자신이나 데이트, 가정, 또는 성차별 폭력을 겪고 있는 사랑하는 가족을 돕기 위한 자료를 확인하려면, [loveisrespect.org](http://loveisrespect.org) 에서 Love is Respect 또는 [dayoneny.org](http://dayoneny.org) 에서 Day One 을 방문하십시오.

**학생과 가족을 위한 지원:** 코로나-19 대유행 동안 모든 학생과 가족이 정신 건강 지원 및 자료를 이용할 수 있습니다.

- 자세한 내용은 학부모 담당자, 학교 사회 복지사, 또는 안내 상담사에게 문의하거나, 또는 원격 정신 건강 서비스 및 기타 원격 정신 건강 지원을 이용하는 방법을 확인하려면 [nyc.gov/schoolmentalhealth](http://nyc.gov/schoolmentalhealth) 를 방문하십시오.

## 최근 재판에 연루된 사람들과 그 가족들:

- 정신 건강 자료 <https://tinyurl.com/guideforjusticeinvolved> 를 방문하시면, 코로나-19 대유행 동안 재판에 연루된 사람들, 최근에 가족이 감금된 사람들, 부모가 감금된 아동들의 돌보미들이 지원받도록 도와줍니다.

## 고령화 뉴욕 시민들을 위한 지원:

- 외로움이나 소외감을 느끼거나 또는 뉴욕시 고령화부 (NYC Department for the Aging)을 통해 현재 지원받고 있는 정신 건강 서비스에 대한 문의가 있는 경우, **212-AGING-NYC (212-244-6469)**번으로 고령화 상담 핫라인에 전화하십시오. 고령화 상담 핫라인은 간병인을 위한 정보도 제공합니다.

뉴욕 시민들이 코로나 바이러스의 확산을 막기 위해 집에 머무르는 동안 이용할 수 있는 정신 건강 서비스의 전체 목록을 [nyc.gov/mentalhealth](http://nyc.gov/mentalhealth) 확인하십시오.

Korean