

ЭКСТРЕННЫЕ ВЫЗОВЫ/ জরুরি অবস্থা/ 응급 상황 전화: 911

1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355)

**Free, confidential 24/7 mental health and substance use support for all New Yorkers**

Бесплатная и конфиденциальная психологическая и наркологическая помощь 24/7 для всех нью-йоркцев

সমস্ত নিউ ইয়র্কবাসীর জন্য বিনামূল্যে, গোপনীয় 24/7 মানসিক স্বাস্থ্য এবং নেশাদ্রব্য ব্যবহার সংক্রান্ত সহায়তা

모든 뉴욕 시민에게 주 7일 하루 24시간 언제든지 무료로 기밀, 정신 건강 지원 및 약물 남용 문제 지원

212-244-6469 (Aging Connect)

**Free support for older adults 60+ from M-F, 8:30am-5:30pm, including in-home services and at older adult centers**

Бесплатная помощь пожилым людям старше 60 лет (пн — пт, с 8:30 до 17:30), включая выездные услуги дома и в центрах для пожилых людей

60 বছরের বেশি বয়সী প্রাপ্তবয়স্কদের জন্য সোম-শুক্র, সকাল 8:30টা-বিকাল 5:30টা বিনামূল্যে সহায়তা, বাড়িতে পরিষেবা সহ এবং প্রবীণ প্রাপ্তবয়স্ক কেন্দ্রগুলিতে

재택 서비스를 통해 그리고 성인 센터에서 60세 이상 성인을 위한 무료 지원, 월-금, 8:30am-5:30pm

1-800-246-4646 (Youth Connect)

**Free support for young people from M-F, 9am-5pm, including Drop-in Centers, mental health resources, educational and job opportunities**

Бесплатная помощь молодежи (пн — пт, с 9:00 до 17:00), в том числе социальные центры, ресурсы психологической помощи, возможности обучения и трудоустройства

ড্রপ-ইন সেন্টার, মানসিক স্বাস্থ্য সংস্থান, শিক্ষাগত এবং চাকরির সুযোগসুবিধা সহ সোম-শুক্র, সকাল 9টা-বিকাল 5টা তরুণদের জন্য বিনামূল্যে সহায়তা

드랍인 센터, 정신 건강 리소스, 교육 기회 및 구직 기회 등 청년들을 위한 무료 지원, 월-금, 9am-5pm

1-800-621-HOPE (1-800-621-4673)

**Free, confidential 24/7 support for survivors of violence**

Бесплатная и конфиденциальная поддержка 24/7 для жертв насилия

সহিংসতা থেকে বেঁচে যাওয়া ব্যক্তিদের জন্য বিনামূল্যে, গোপনীয় 24/7 সহায়তা

폭력 피해자를 위한 무료, 기밀 지원, 주 7일 하루 24시간 언제든지 제공



# Mental health support for all New Yorkers

## Apoyo para la salud mental

## 心理健康支持

## услуги психологической помощи

## মানসিক স্বাস্থ্য সহায়তা

## 정신 건강 지원

Visit [nyc.gov/mentalhealth](https://nyc.gov/mentalhealth) to learn more about mental health resources available to all New Yorkers.

ГОРОДСКИЕ УСЛУГИ/ শহরের পরিষেবা/ 시정부 서비스: 311

NYC Well for 24/7 support

NYC Well can connect you to ongoing support for problems like stress, depression, anxiety and substance use.

**Call 1-888-NYCWELL  
(1-888-692-9355)**  
Text WELL to 65173  
Chat [nyc.gov/nycwell](https://nyc.gov/nycwell)

### NYC Well para apoyo las 24 horas del día los 7 días de la semana

NYC Well puede conectarlo con apoyo continuo por problemas como estrés, depresión, ansiedad y el consumo de sustancias.

- **Llame al 1-888-NYCWELL  
(1-888-692-9355)**  
Presione 3 para español  
Envíe WELL por mensaje de texto al 65173  
Escríbanos por chat en [nyc.gov/nycwell](https://nyc.gov/nycwell)

### NYC Well提供每周七天每天24小时援助

如果您有压力、抑郁、焦虑、或者药物使用等问题，NYC Well 可以为您连接持续的心理健康支持。

- 请致电1-888-NYCWELL  
(1-888-692-9355)  
如需普通话或粤语，请按5  
编辑短信WELL发送至65173  
前往[nyc.gov/nycwell](https://nyc.gov/nycwell)开始交谈

Find additional support for:

#### Young people

Connect to mental health resources, including Drop-In Centers, as well as educational and job opportunities.

☎ **Call 1-800-246-4646 | M-F, 9am-5pm**

#### Older adults

Connect to in-home services and mental health support at older adult centers.

☎ **Call 212-244-6469 | M-F, 8:30am-5:30pm**

#### Survivors of violence

☎ For 24/7 help, **call the Domestic Violence Hotline: 1-800-621-HOPE (1-800-621-4673)**

#### Someone in need

**Call 911** in an emergency — if a person is at immediate risk of hurting themselves or others — or is in imminent danger.

If you see someone in a public space who may be homeless and needs urgent attention, **call 311 and request a street outreach team.**

Para apoyo adicional para:

#### Gente joven

Conéctese a recursos de salud mental, incluyendo centros de acogida, como también a oportunidades educativas y de trabajo.

☎ **Llame al 1-800-246-4646 | de lunes a viernes de 9 a.m. a 5 p.m.**

#### Adultos mayores de 60 años

Conéctese con servicios en casa y apoyo de salud mental en centros para adultos mayores.

☎ **Llame al 212-244-6469 | de lunes a viernes de 8:30 a.m. a 5.30 p.m.**

#### Sobrevivientes de violencia

☎ Para ayuda las 24 horas del día los 7 días de la semana, **llame a la línea directa de violencia doméstica: 1-800-621-HOPE (1-800-621-4673)**

#### Alguien necesitado

**Llame al 911** en una emergencia. Si una persona corre riesgo inmediato de hacerse daño a sí misma o a otros, o está en peligro inminente. Si ve a alguien en un espacio público que pueda estar desamparado o sin hogar y necesita atención urgente, **llame al 311 y pida un equipo de ayuda comunitaria.**

查找更多援助:

#### 年轻人

连接心理健康资源，包括救助中心，以及教育和工作机会。

☎ 请致电1-800-246-4646 | 周一至周五，上午9点至下午5点

#### 60岁以上的成年人

连接居家服务和老年人中心的心理健康援助。

☎ 请致电212-244-6469 | 周一至周五，上午8点半至下午5点半

#### 曾受暴者

☎ 如需24小时的协助，请致电家庭暴力热线：1-800-621-HOPE (1-800-621-4673)

#### 需要帮助的人

在紧急情况下，**请拨打911** — 如果个人处于伤害自己或他人的风险之中 — 或者处于紧迫危险之中。

如果您在公共场所看到有人可能是无家可归者，并需要紧急关注，**请拨打311并接通街道外展小组。**