



Родители / ухаживающие лица округа PPS:

Каждому из нас сейчас сложно по-своему. Вы не одиноки. Мы заботимся о вашем благополучии. Есть люди и общественные организации, которые могут поддержать вас и вашу семью.

Если вы волнуетесь за своего ребенка или за себя, свяжитесь с одной из указанных служб поддержки и/или поделитесь беспокоящими вас вопросами с вашим поставщиком медицинских услуг.

В вашей медицинской страховке также могут быть указаны полезные ресурсы. Позвоните по номеру, указанному на обратной стороне страховой карты. Получение информации по оформлению медицинской страховки: Организация [Project Access Now](#) 503.345.6576 (предоставляются услуги устного перевода).

Ваш школьный консультант, социальный работник или школьный психолог также могут помочь в получении услуг, касающихся психического здоровья, в вашей школе или районе.

Общественные ресурсы для родителей/ ухаживающих лиц/семей

Позвоните в информационный центр 211 Info	(предоставляются услуги устного перевода) для получения информации о еде, жилье и других ресурсах.
Reach Out Oregon	Телефон доверия для родителей / ухаживающих лиц организации 833.732.2467
Equity Support Line	(персонал с другим цветом кожи, помогающий людям с другим цветом кожи, пострадавшим от расизма) 503 575 3764 (двуязычные сотрудники и услуги устного перевода)
Safe and Strong Warmline	(нет нужды переживать кризис) (услуги устного перевода) 800.923.4357
Substance Use Helpline	800.662.HELP(4357) 800.662.HELP(4357) (испаноязычные агенты и услуги устного перевода)
Suicide Prevention Hotline (English)	800.273.8255 (предоставляются услуги устного перевода)
Suicide Prevention Hotline (испанский)	888.628.9454
Call to Safety	(домашнее насилие и насильственные действия сексуального характера): 888.235.5333 (предоставляются услуги устного перевода)
Proyecto Unica	(поддержка лиц, пострадавших от домашнего насилия, на испанском языке): 503.232.4448
Multco Crisis Services	Кризисная линия: 503.988.4888 (также включает приход сотрудников к вам или вашему ребенку в случае расстройств психического здоровья) Urgent Walk In Clinic (4212 SE Division) (прием у специалиста по расстройствам психического здоровья в тот же день) 503.963.2575 (предоставляются услуги устного перевода)
Звонок / сообщение на линию "Увидели - расскажите" Safe Oregon Anonymous Tipline	844.472.3367 (испаноязычные сотрудники и услуги устного перевода)
Текстовая линия доверия Teen Textline организации "Lines for Life"	Наберите teen2teen 839863
Приложение Youth Resource App	информация от молодежи для молодежи. Скачайте бесплатно для устройств Apple. Ожидается версия для Android.
Центры Multnomah County Student Health Centers	открыты для ВСЕХ учащихся (детский сад - 12-й класс) округа
Office of Violence Prevention	For youth and families impacted by community violence. OVP@portlandoregon.gov, 503-823-4180