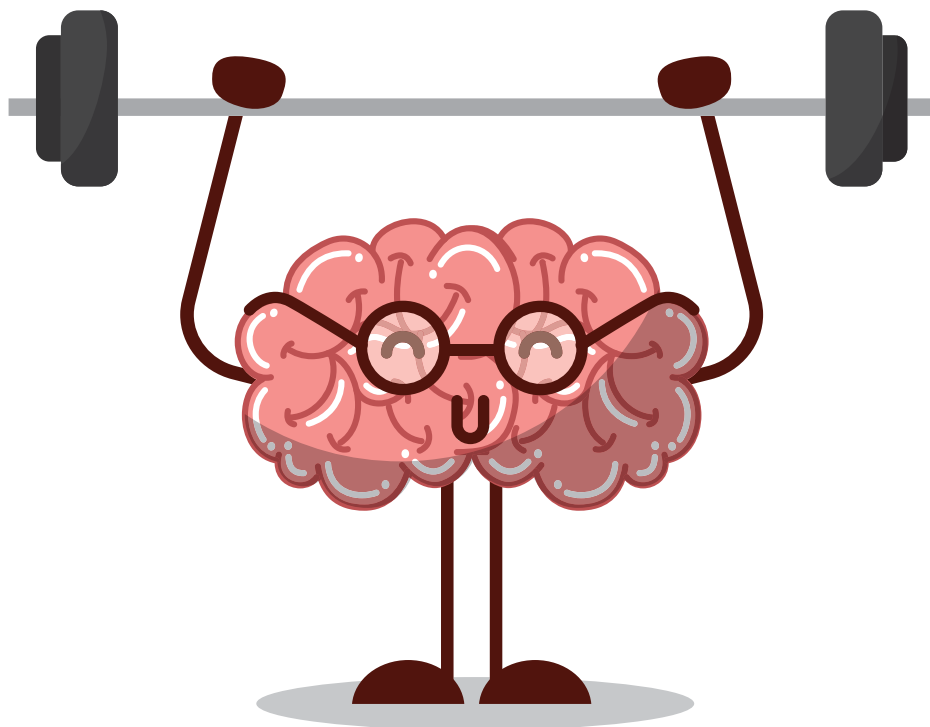


# גייסטישע געזונטהייט איז פונקט אזוי וויכטיג ווי



## פיזישע געזונטהייט

דארפט איר רעדן?

אומזיסטע & געהימע הילפסמיטלען:

NY פראיעקט האפענונג עמאשאנעל סופארט ליניע

1-844-863-9314 : (NY Project Hope Emotional Support Helpline)

טרענירטע קריזיס עצה-געבער העלפן ניו יארקער צו ספראווען מיט COVID-19, שעות: 8 AM ביז 10 PM, 7 טעג א וואך

קריזיס טעקסט ליניע: טעקסט GOT5 צו 741741

טעקסט מיט טרענירטע קריזיס עצה-געבער 24/7.

נאציאנאלע זעלבסטמארד פארמיידונג ליניע

1-800-273-TALK (8255) : (National Suicide Prevention Lifeline)

רעדט מיט טרענירטע עצה-געבער 24/7

טרעוואר ליניע: 1-866-488-7686 אדער טרעוואר טעקסט (Trevor Text): טעקסט START צו 678678

LGBTQIA+ ספעציפישע שטיצע 24/7

OMH קאסטומער פארבינדונגען: 1-800-597-8481

באקומט הילף אין פארבינדונג צו גייסטישע געזונטהייט סערוויסעס אין ניו יארק סטעיט, שעות: 9 AM ביז 6 PM, מאנטאג - פרייטאג