

# Spotlight sou Sante Mantal

Seri Spotlight OMH mete aksan sou defi diferan popilasyon Nouyòk yo fè fas. Nou rekonèt pwoblèm inik ki antoure sante mantal epi envite ou pou aprann plis.

## Eske w te Konnen?

Omwen 1 sou 5 granmoun Nouyòk pral fè eksperyans yon maladi sante mantal nan nenpòt ane yo bay yo.



1 700 Nouyòkè mouri pa swisid chak ane.

10ÈM Koz Prensipal

Ianmò Ozetazini

2ÈM Koz Prensipal

Ianmò pou moun ki gen laj 10 a 34 lane.

Mwens pase 1/2 nan granmoun ki gen maladi mantal ak mwens pase yon 1/4 nan timoun ak adolesan jwenn tretman ki ka ede yo santi yo pi byen.



granmoun



timoun ak adolesan

### Eske w te Konnen?

Ant 80% ak 90% pousan nan moun ki gen depresyon reponn byen nan tretman an. Prèske tout pasyan jwenn kèk soulajman nan sentòm yo.

*Done ki soti nan NAMI, CDC, APA ak Depatman Sante ak Sèvis Imen Etazini*



Si w ap konbat ak sante mantal ou, gen anpil rezon ki fè ou gen espwa.

**Tretman** kapab gen anpil siksè. **Kamarad Sipò** kapab trè efikas.

Pou plis enfòmasyon sou rekiperasyon sante mantal, vizite <https://www.mhanational.org/recovery-support>

## Fè Aksyon

**Pataje istwa w.** Pifò moun te goumen ak sante mantal yo nan kèk pwen pandan lavi yo. Pale ouvètman sou pwòp istwa ou ka ede lòt moun santi yo mwens poukont yo.

### Fè li nòmal pou poze kesyon sou sante mantal.

Tcheke sou lòt moun epi mande yo dirèkteman kijan yo santi yo. Remèsye yo si yo deside pataje lit yo avèk ou. Pa eseye rezoud pwoblèm yo oswa ranvwaye enkyetid yo; olye rekonèt santiman yo epi fè yo konnen ou tande yo.

### Nan Travay la

Èske òganizasyon ou an fè li oke pou moun yo pale lè yo ap konbat? Konsidere yon sondaj anonim oswa lòt fason yo ka resevwa fidbak sou ki jan anplwaye ou ta renmen yo dwe sipòte.

Kouman konpayi ou ka rete fleksib pou ankouraje moun yo pran tan yo bezwen pou pran swen sante mantal yo?

**Fè resous pou sante emosyonèl disponib tout tan**, olye pou yo ap tann yo ofri yo lè yon moun ap gen yon tan difisil. Konsidere ajoute yon seksyon byennèt mantal nan bilten nouvèl chak semèn ou chak mwa.

## Ou Bezwen Èd?

Liy Sipò Emosyonèl Pwojè Hope Nouyòk 1-844-863-9314

Liy Tèks pou Kriz Tèks GOT5 nan 741741

Liy Telefòn Nasyonal pou Prevansyon Swisid 1-800-273-TALK (8255).

Liy Lavi Trevor: 1-866-488-7686 oswa Trevor Tèks: Tèks START nan 678678

Relasyon Kliyan OMH: 1-800-597-8481



Office of  
Mental Health