

在 COVID-19 期間

# 您並不孤單

我們瞭解保持社交距離導致您的憂慮加劇，您可以獲得協助。



如需完整的資源清單，請造訪：[oralert.gov/not-alone](http://oralert.gov/not-alone)

以下所有求助專線均有提供翻譯服務且通話內容將會保密。

- 全國自殺防治專線 (National Suicide Prevention Hotline)：1-800-273-8255
- 全國家暴保護專線 (National Domestic Violence Hotline)：1-800-799-7233
- RAINN – 全國性侵防治專線 (National Sexual Assault Hotline)：1-800-656-4673
- 青少年專線 (Youthline)：1-877-968-8941 或者傳送簡訊 teen2teen 至 839863 – 將有青少年在太平洋時間下午 4 點至晚上 10 點為您提供服務。
- 俄勒岡州 SAFeline：1-855-503-7233 (SAFE)  
通報成人或兒童虐待、疏忽照顧、經濟剝削或自我疏忽照顧。
- 老年人及殘障人士資源介紹處：1-855-673-2372 (ORE-ADRC)
- 如需進一步資源，您可致電 211 或 1-866-698-6155。聽障專線：請撥打 711 和致電 1-866-698-6155 訊：將您的郵遞區號傳送至 898211 (TXT211)。電子郵件：[help@211info.org](mailto:help@211info.org)

如果您無法使用上述資源，也許您認識之人可以使用。同心協力守護我們的社區。

以下所有求助專線均有提供翻譯服務且通話內容將會保密。不需要提供能夠識別您個人身分的資訊。您可以獲得本文件的其他語言版本、大字版或您所慣用的格式。請聯絡 [Oregon.MassCare@state.or.us](mailto:Oregon.MassCare@state.or.us) 我們接受所有傳譯電話或者您可撥打 711。



在 COVID-19 期間

# 您並不孤單

我們瞭解保持社交距離導致您的憂慮加劇，您可以獲得協助。



如需完整的資源清單，請造訪：[oralert.gov/not-alone](http://oralert.gov/not-alone)

以下所有求助專線均有提供翻譯服務且通話內容將會保密。

- 全國自殺防治專線 (National Suicide Prevention Hotline)：1-800-273-8255
- 全國家暴保護專線 (National Domestic Violence Hotline)：1-800-799-7233
- RAINN – 全國性侵防治專線 (National Sexual Assault Hotline)：1-800-656-4673
- 青少年專線 (Youthline)：1-877-968-8941 或者傳送簡訊 teen2teen 至 839863 – 將有青少年在太平洋時間下午 4 點至晚上 10 點為您提供服務。
- 俄勒岡州 SAFeline：1-855-503-7233 (SAFE)  
通報成人或兒童虐待、疏忽照顧、經濟剝削或自我疏忽照顧。
- 老年人及殘障人士資源介紹處：1-855-673-2372 (ORE-ADRC)
- 如需進一步資源，您可致電 211 或 1-866-698-6155。聽障專線：請撥打 711 和致電 1-866-698-6155 訊：將您的郵遞區號傳送至 898211 (TXT211)。電子郵件：[help@211info.org](mailto:help@211info.org)

如果您無法使用上述資源，也許您認識之人可以使用。同心協力守護我們的社區。

以下所有求助專線均有提供翻譯服務且通話內容將會保密。不需要提供能夠識別您個人身分的資訊。您可以獲得本文件的其他語言版本、大字版或您所慣用的格式。請聯絡 [Oregon.MassCare@state.or.us](mailto:Oregon.MassCare@state.or.us) 我們接受所有傳譯電話或者您可撥打 711。

