

在新冠肺炎疫情期间

# 您并不孤单

我们知道，保持肢体距离会增加  
担忧，我们会提供相关帮助。



有关完整资源的列表，请登录网站：[oralert.gov/not-alone](http://oralert.gov/not-alone)

所有这些帮助热线均提供翻译服务且保密。

- 全国自杀预防热线：1-800-273-8255
- 全国防止家庭暴力热线：1-800-799-7233
- RAINN—全国防止性侵害热线：1-800-656-4673
- 青年热线：1-877-968-8941 或发送短信 teen2teen 至 839863（青少年热线的办公时间为太平洋时间下午4点至10点）。
- 俄勒冈州安全热线：1-855-503-7233 (SAFE)  
举报对成人或儿童的虐待、疏忽照顾、经济剥削或自我疏忽。
- 老年人与残疾人资源连接：1-855-673-2372 (ORE-ADRC)
- 有关更多资源，您可以致电：211 或 1-866-698-6155。听障服务专线：拨打 711 并致电 1-866-698-6155。  
短信：将您的邮政编码发送短信至 898211 (TXT211)。电子邮件：[help@211info.org](mailto:help@211info.org)

如果您无法使用，您可能认识可以使用的人。使我们的社区保持强大。

所有这些帮助热线均提供翻译服务且保密。无需提供您的个人信息。  
您可获得本文件的其他语言版本、大字印刷版本、盲文版本或您偏好的其他格式的版本。联系 [Oregon.MassCare@state.or.us](mailto:Oregon.MassCare@state.or.us)。  
我们会接听所有转接来电，或者您可以拨打 711。



在新冠肺炎疫情期间

# 您并不孤单

我们知道，保持肢体距离会增加  
担忧，我们会提供相关帮助。



有关完整资源的列表，请登录网站：[oralert.gov/not-alone](http://oralert.gov/not-alone)

所有这些帮助热线均提供翻译服务且保密。

- 全国自杀预防热线：1-800-273-8255
- 全国防止家庭暴力热线：1-800-799-7233
- RAINN—全国防止性侵害热线：1-800-656-4673
- 青年热线：1-877-968-8941 或发送短信 teen2teen 至 839863（青少年热线的办公时间为太平洋时间下午4点至10点）。
- 俄勒冈州安全热线：1-855-503-7233 (SAFE)  
举报对成人或儿童的虐待、疏忽照顾、经济剥削或自我疏忽。
- 老年人与残疾人资源连接：1-855-673-2372 (ORE-ADRC)
- 有关更多资源，您可以致电：211 或 1-866-698-6155。听障服务专线：拨打 711 并致电 1-866-698-6155。  
短信：将您的邮政编码发送短信至 898211 (TXT211)。电子邮件：[help@211info.org](mailto:help@211info.org)

如果您无法使用，您可能认识可以使用的人。使我们的社区保持强大。

所有这些帮助热线均提供翻译服务且保密。无需提供您的个人信息。  
您可获得本文件的其他语言版本、大字印刷版本、盲文版本或您偏好的其他格式的版本。联系 [Oregon.MassCare@state.or.us](mailto:Oregon.MassCare@state.or.us)。  
我们会接听所有转接来电，或者您可以拨打 711。

