



ሁሉም ሰው መርዳት ይቻላል



ተማሪዎች ወይም ቤተሰቦች ሲቸገሩ፣ ሁላችንም መርዳት እንችላለን።
ከዚህ በታች ያለውን መረጃ ማንኛውም ሰው ለየትኛውም ሰው መስጠት ይቻላል።

ለመሰረታዊ ፍላጎቶች፤

- በስልክ ቁጥር 703-228-1300 ለ Arlington DHS Public Assistance (የኪራይ ክፍያ ድጋፍ፣ የምግብ፣ የሕክምና፣ የጥርስ ሕክምና፣ ወዘተ.) ይደውሉ።
- ምግብ፣ መጠለያ እና የስራ ቅጥር ድጋፍን የተመለከቱ መረጃዎችን (በእንግሊዝኛ እና ስፓኒሽ) ለማግኘት ወደ 2-1-1 ይደውሉ
- በአቅራቢያዎ የሚገኝ የልጆች ምግብ አቅራቢ መረጃን ለማግኘት "Food" ወይም "Comida" ብለው ወደ 877-877 የፅሁፍ መልእክት ይላኩ
- የምግብ፣ የኪራይ ክፍያ ድጋፍ፣ የስራ ቅጥር ድጋፍን በተመለከተ ፈልገው ሊያገኙት የሚችሉት የመረጃ ዳታቤዝ እዚህ ይገኛል፡ findhelp.org
- ለኑሮ አስፈላጊ የሆኑ ተጨማሪ ድጋፎችን ለሚፈልጉ ቤተሰቦች፣ የኢያንዳንዱ ትምህርት ቤት ሶሻል ወርከር ስምና ኢሜይል አድራሻን እዚህ ያገኛሉ፡
apsva.us/student-services/school-social-workersvisiting-teachers/

ለአእምሮ ጤና ፍላጎቶች፤

- የ DHS አልግሎቶች
 - [አጣዳፊ የአእምሮ ጤና አገልግሎቶች](http://www.dhs.gov): 703-228-5160
 - [በዚያው ዕለት የሚስተናገዱ \(ከ18 ዓመት በላይ\)](http://www.dhs.gov): 703-228-5150
 - [በዚያው ዕለት የሚስተናገዱ \(ከ18 ዓመት በታች\)](http://www.dhs.gov): 703-228-1560
 - [CR2 Children's Regional Crisis Response \(ከ18 ዓመት በታች\)](http://www.dhs.gov): 844-627-4747
 - [REACH \(የዕድገት መዘግየት ጉዳት ላለባቸው ተማሪዎች ምላሽ ሰጪ\)](http://www.dhs.gov): 855-897-8278
- የችግር ጊዜ/በአደጋ ጊዜ እርዳታ መጠየቂያ ስልክ ቁጥሮች
 - Crisis Link
 - ለመደወል: 800-273-ለድምፅ [8255]
 - ለጽሑፍ መልእክት: "CONNECT" ብለው ወደ 855-11 ይላኩ
 - የነፍስ አድን ቻት ማድረጊያ: SuicidePreventionLifeline.org/chat
 - በአደጋ ወቅት የድረሱልኝ ጥሪ ማድረጊያ ስልክ መስመር፣ በቀን ለ24 ሰዓት፣ በዓመት ለ365 ቀን ከክፍያ ነጻ፣ በተለያዩ ቋንቋዎች አገልግሎት ሚስጥራዊ የችግር ጊዜ ድጋፍ የሚሰጥ ነው።

- ለመደወል: 1-800-985-5990
- ለጽሑፍ መልእክት: TalkWithUs ብለው ወደ 66746 ቢልኩ ከሰልጡን የችግር ጊዜ አማካሪ(crisis counselor) ጋር ይገናኛሉ
- Mental Health America of Virginia's Warmline: 866-400-MHAV (6428) 9am–9pm ከሰኞ እስከ አርብ ወይም 5pm–9pm ቅዳሜ/እሁድ