



COVID-19 和心理健康

- 您可能会因为 2019 年冠状病毒疾病 (coronavirus disease 2019, COVID-19) 而引起的社会混乱而感到焦虑、忧虑或害怕。
- 每个人在压力情况下的反应都会不同。
- 如果您自己或您所爱之人出现这些感受,您可以向以下资源寻求支持。



您可以致电 **1(855) OC-LINKS** 或访问 www.ocalhealthinfo.com/oqlinks 与训练有素的临床引导员交谈或聊天,服务时间为周一至周五上午 8 点至下午 5 点。

NAMI Warmline 也可以为与心理健康问题作斗争的任何人提供非危机支持,服务时间为周一至周五上午 9 点至下午 3 点以及周六至周日上午 10 点至下午 3 点,电话:**1(877) 910-WARM**, 网址:
www.namio.org。

我们的网站上还有许多非常实用的信息。**我们一定会渡过难关。**