

تعامل المراهقين مع فيروس كورونا (COVID)

يمكن أن يكون الاضطرار لملازمة المنزل صعبًا. في الغالب، ستفتقد الذهاب إلى المدرسة، ومصاحبة أصدقائك، وقد يشعر البعض منكم بالإرهاق بسبب رعايته لأشقائه الأصغر عمرًا. قد يرتفع صوت الأشخاص الموجودين في المنزل أثناء التحدث معك أو بعضهم مع بعض. ربما تكون لديك استفسارات بخصوص فيروس كورونا (COVID-19)، أو غير ذلك من المسائل الصحية. أو ربما تحتاج لمن تتحدث إليه فقط!

أنت لست وحدك.

يشعر العديد من المراهقين واليافعين في جميع أنحاء مدينة نيويورك بنفس ما تشعر به بالضبط. لكن الخبر السار هو أنه لا يزال هناك الكثير من الخدمات والمساعدة المتوفرة للشباب!

وبمجرد ضغطة على الفأرة، أو نقرة على الهاتف، يمكنك الوصول إلى ما تحتاج من خدمات لتشعر بالتحسن:

[أنشطة مرحة وآمنة للقيام بها في المنزل](#)

[الدعم التعليمي](#)

[صحتك خلال فترة انتشار فيروس كورونا \(COVID-19\)](#)

[خدمات الصحة العقلية](#)

[الموارد الخاصة بمجتمع المثليات والمثليين ومزدوجي الميل الجنسي ومغاييري الهوية الجنسية والمشكلين جنسيًا وثنائيي](#)

[الجنس \(LGBTQIA\) وصحتهم العقلية](#)

[الوقاية من تعاطي المخدرات وعلاجه](#)

[المساعدة باستخدام خدمات الرعاية الصحية عن بُعد](#)

[العنف العائلي أو العنف ضمن العلاقات](#)

[منع الانتحار](#)

[الاتجار بالأطفال](#)

[التنمُّن](#)

[خيارات تنظيم الأسرة](#)

[دعم الأب/الأم المراهقين](#)

[دعم الإسكان](#)

[موارد ACS للشباب](#)

أنشطة مرحة وآمنة للقيام بها في المنزل

هل ترغب في الحصول على إذن مجاني للرابطة الوطنية لكرة السلة (NBA)؟ ماذا عن تدريب مجاني لشهادة SAT أو HSE؟ أو هل تتناسب دورة Mario Kart tournament مع سرعتك أكثر؟ هل تحاول الحفاظ على لياقتك وترغب في اشتراك مجاني لأحد تطبيقات التمارين؟

- يمكن للمراهقين والشباب البالغين زيارة [Fun at Home](#) أو إرسال رسالة نصية تحتوي على كلمة "Fun" إلى **97743** للحصول على أحدث المعلومات بخصوص الموارد والأنشطة.
- إدارة الشباب وتطوير المجتمع (The Department of Youth & Community Development) تقدم لك عروض الرقص والموسيقى والفن وصنع الأفلام وغيرها! طالع الفرص [هنا](#)، وقم بالتسجيل للاشتراك بالأنشطة التي تهتم بها. أرسل رسالة نصية إلى الرقم [\(347\) 349-4361](#) لتحصل على أحدث المعلومات على هاتفك مباشرة. يمكنك

للحصول @ NYCyouth

أيضًا متابعتهم على [Instagram](#) أو [Facebook](#) أو [Twitter](#) عن طريق
على أحدث الإعلانات عبر وسائل التواصل الاجتماعي.

[العودة إلى الأعلى](#)

الدعم التعليمي

- **المكتبة العامة بنيويورك (NYPL)** توفر المساعدة في الواجب المنزلي عبر الإنترنت من مدرسين خصوصيين بشكل فردي، يوميًا من الساعة 2 إلى 11 مساءً. تتوفر الخدمة باللغتين الإنجليزية والإسبانية، من بداية المرحلة الابتدائية وحتى صفوف المدرسة الثانوية، في المواد الرئيسية. يتوفر كذلك محتوى الفيديو وغير ذلك من الموارد على مدار 24 ساعة يوميًا. سجل الدخول إلى المكتبة العامة باستخدام رقم بطاقة المكتبة الخاص بك للدخول [هنا](#).
- يتيح لك **discoverDYCD** إمكانية البحث عن برامج بعد المدرسة، وخدمات تعليمية، ووظائف ومنح تدريب، والخدمة المجتمعية، ودعم الإسكان، وخدمات المهاجرين، ومراكز الإثراء الإقليمية على مقربة منك.
- تنشر **YCteen** قصصًا حقيقية يكتبها مراهقون حول مواضيع مهمة بالنسبة إلى الشباب. ويمكنك معرفة المزيد عن هذه القصص والإطلاع عليها [هنا](#). للمعلمين وغيرهم ممن يعملون مع المراهقين: يمكن الوصول إلى [موارد التعلم عن بُعد](#) التي تكون مبنية على قصص كتبها المراهقون.
- يُرجى زيارة [موقع الويب الخاص بإدارة التعليم \(DOE\)](#) للاطلاع على أحدث المعلومات حول العام الدراسي 2020 - 2021، بما يتضمن تدابير الصحة والسلامة، وكذلك نماذج التعلم التي سيتم توفيرها.

[العودة إلى الأعلى](#)

صحتك خلال فترة انتشار فيروس كورونا (COVID-19)

من الممكن أن تكون ناقلًا للعدوى دون أن تظهر عليك أعراض. احرص على حماية من حولك من خلال ارتداء غطاء للوجه (كمامة).

يجب على سكان نيويورك (بما يتضمن الأطفال فوق سن عامين) ارتداء غطاء الوجه (الكمامة) أثناء تواجدهم مع أشخاص آخرين في مكان داخلي غير منزلهم، حتى لو كان من الممكن الحفاظ على مسافة 6 أقدام.

للاطلاع على مزيد من المعلومات حول أغطية الوجه (الكمامات)، وللحصول على نصائح أخرى حول الحفاظ على السلامة والمساعدة في منع انتشار فيروس كورونا (COVID-19)، يُرجى زيارة [الموقع الإلكتروني لإدارة DOHMH](#).

هل تحتاج إلى خدمات صحية؟

أثناء الأزمة الصحية العامة بسبب فيروس كورونا (COVID-19)، يكون من المهم بصفة خاصة أن تتلقى المساعدة الطبية التي تحتاجها.

- **مركز الرعاية الصحية للمراهقين "Mount Sinai Adolescent Health Center"**: يقدم خدمات طبية وخدمات صحة عقلية شاملة ومتكاملة بالإضافة للتثقيف الوقائي للشباب من عمر 10 أعوام إلى 22 عامًا. وهو يقدم الرعاية الصحية، والمشورة، والدعم، وعلاج الصحة النفسية والعلاج الأسري، وبرامج الصحة الجنسية والتناسلية، ورعاية الأسنان، والتغذية، واللياقة والعافية. ويفتح المركز أبوابه من الاثنين حتى السبت. تفضل بالزيارة [عبر الإنترنت](#) أو اتصل على [212-423-3000](#).

- لمزيد من المعلومات حول الخدمات الصحية المتاحة للمراهقين، يُرجى الاطلاع على: [Generation NYC](#) [Doctors & Insurance](#).

ابقَ على اطلاع على أحدث المعلومات الصحية

تشهد مدينة نيويورك حاليًا انتشار نوع جديد من عدوى الجهاز التنفسي على نطاق واسع في المجتمع تُعرف بفيروس كورونا (COVID-19). يُمكنك الحصول على أحدث المعلومات الصحية من إدارة الصحة والسلامة العقلية في مدينة نيويورك (New York City's Department of Health and Mental Hygiene, NYC DOHMH) للحفاظ على صحتك وسلامتك أنت وعائلتك. وتنتشر الإدارة الكثير من [التوجيهات وبيانات حالة مدينة نيويورك حول هذا المرض](#) (يُرجى اتباع هذا الرابط للاطلاع على توجيهات DOHMH المترجمة). يمكنك إرسال رسالة نصية تتضمن كلمة "COVID" إلى الرقم 692-692 لتلقي التحديثات عن طريق الرسائل النصية.

متلازمة الالتهابات المتعددة لدى الأطفال (MIS-C): تحقق إدارات الصحة في الولاية والمدينة حاليًا في حالة قد تكون ضارة أو قاتلة للأطفال، ومن المحتمل أن تكون مرتبطة بفيروس كورونا (COVID-19). ومن المهم أن يكون الآباء ومقدمو الرعاية وغيرهم ممن يتعاملون مع الأطفال على وعي بهذه الحالة؛ لأنها على الرغم من أنها لا تزال غير شائعة، إلا أنها قد تكون قاتلة إذا لم يتم علاجها على الفور.

ويُطلق على هذه الحالة، التي لها خصائص مشابهة لمرض كاواساكي ومتلازمة الصدمة التسممية، اسم "متلازمة الالتهابات المتعددة لدى الأطفال (MIS-C) (التي كان يُشار إليها سابقًا باسم "PMIS")، وقد تكون مرتبطة بفيروس كورونا (COVID-19). ومن المهم أن يتم التعرف على علامات الإصابة التي تتضمن ارتفاع درجة الحرارة مع أعراض أخرى، مثل آلام البطن، والإسهال، والقيء، والطفح الجلدي، وتورم اليدين أو القدمين. إذا كان الطفل مريضًا بخُمى مستمرة، فيُرجى الاتصال بطبيب الأطفال الخاص به في أقرب وقت ممكن من أجل تقييم احتمالية إصابته بمتلازمة MIS-C. إذا كان يعاني من أعراض أخرى بدرجة حادة (مثل طفح جلد، أو ألم في البطن، أو ألم في الصدر) إلى جانب الخُمى، فيُرجى الاتصال بالرقم 911 فورًا.

- [صحيفة الحقائق حول متلازمة الالتهابات المتعددة لدى الأطفال \(MIS-C\) من إدارة DOHMH](#) (بتنسيق PDF، 18 مايو 2020)

يُرجى زيارة [الموقع الإلكتروني لإدارة DOHMH](#) للاطلاع على المزيد من المعلومات (بما في ذلك المواد المترجمة).

[العودة إلى الأعلى](#)

خدمات الصحة العقلية

هل تحتاج إلى التحدث إلى شخص ما؟ هل تحتاج إلى المساعدة في التعامل مع التوتر أو الاكتئاب أو القلق أو النزاعات الأسرية؟ المساعدة متوفرة.

- **مركز الرعاية الصحية للمراهقين "Mount Sinai Adolescent Health Center":** يقدم خدمات طبية وخدمات صحة عقلية شاملة ومتكاملة بالإضافة للتنظيف الوقائي للشباب من عمر 10 أعوام إلى 22 عامًا. وهو يقدم المشورة والدعم وعلاج الصحة العقلية والعلاج الأسري. ويفتح المركز أبوابه من الاثنين حتى السبت. تفضل بالزيارة [عبر الإنترنت](#) أو اتصل بالرقم [212-423-3000](#)
- **NYC Well:** يعتبر NYC Well وسيلتك للوصول إلى دعم الصحة العقلية بشكل مجاني وسري. تمكّن من الوصول إلى خدمات الصحة العقلية وتعاطي المخدرات، بأكثر من 200 لغة، على مدار 24 ساعة يوميًا/7 أيام أسبوعيًا/365 يومًا في العام. تتاح المساعدة من خلال الهاتف أو الرسائل النصية أو الدردشة! اتصل على الرقم 1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355)، أو أرسل رسالة نصية فيها كلمة "WELL" إلى 65173 أو الدردشة [عبر الإنترنت](#).

- خدمات Citywide للصحة العقلية عن بعد (Citywide Mental Health Telehealth Services):
خدمات الصحة العقلية على مستوى المدينة المتاحة عن طريق الهاتف، انقر [هنا](#).

[العودة إلى الأعلى](#)

الموارد الخاصة بصحة مجتمع المثليات والمثليين ومزدوجي الميل الجنسي ومغايري الهوية الجنسية والمشكلين جنسياً وثنائيي الجنس (LGBTQIA) وصحتهم العقلية

- مركز **Ali Forney Center**: لتقييم كامل لاحتياجاتك الصحية البدنية والعقلية، تفضل بزيارة **مركز Ali Forney Center** أو اتصل من المنزل على **212-206-0574**
- يقوم **المركز** بتزويد الشباب من مجتمع LGBTQ ومناصريهم من 13 إلى 21 عامًا بالدعم المجتمعي لتعزيز التطور الصحي في بيئة آمنة، ومؤيدة، وإيجابية فيما يخص الجنس، وخالية من الكحوليات والمخدرات، وتوفر أنشطة مثل فصول التمارين، وقراءة الشعر، والمناقشة المجتمعية (اطلع على [التقويم](#)). إنهم يوفرّون أيضًا علاجًا خاصًا بتعاطي المخدرات للمرضى الخارجيين من أجل التعامل على وجه التحديد مع احتياجات الشباب من LGBTQ، والعوامل التي تجعلهم أكثر عرضة لخطر إدمان المخدرات. لمزيد من المعلومات، انقر [هنا](#) أو قم بالتواصل عبر البريد الإلكتروني recovery@gaycenter.org أو اتصل على **212-620-7310** أو **646-556-9300**.
- **H.E.A.T**: يوفر برنامج البدائل الصحية والتعليمية للمراهقين (Health & Education Alternatives for Teens, HEAT) الرعاية الطبية وخدمات الصحة العقلية وإدارة الحالة للشباب الذكور الذين يمارسون الجنس مع رجال، والشابات المثليات، والشباب العابر جنسيًا، مع التركيز خصوصًا على كل من يأتون من المجتمعات ذات البشرة الملونة. ستظل العيادة مفتوحة ومتاحة للإجابة عن استفساراتك ومخاوفك عبر الهاتف على الرقم **613-8453 (718)** أو زيارة **H.E.A.T**.
- **Housing Works**: متخصصون في تقديم الخدمات للشباب الذكور الشواذ ذوي البشرة الملونة، والشباب الذكور الذين يمارسون الجنس مع رجال (young men who have sex with men, YMSM)، والرجال الذين يمارسون الجنس مع رجال (MSM) والعابرين جنسيًا من ذوي البشرة الملونة، من جميع الفئات العمرية، ومدمني المخدرات النشطين، وشباب مجتمع LGBTQ، والمشردين أو الذين ليس لديهم إسكان مستقر. تفضل بزيارة **Housing Works** أو الاتصال من المنزل على الرقم **473-7400 (347)**
- مشروع **Trevor Project**: خط ساخن لحالات الرغبة في الانتحار، متاح على مستوى الولايات المتحدة على مدار 24 ساعة يوميًا ويتمتع بالخصوصية والمجانبة، مخصص لشباب مجتمع LGBTQIA. يتاح المستشارون المدربون من أجل تقديم الدعم لك 24 ساعة يوميًا/7 أيام أسبوعيًا. إذا كنت شابًا يافعًا وتعاني من أزمات أو تشعر بالرغبة في الانتحار أو في حاجة إلى مكان آمن وخالي من الأحكام حتى تتحدث فيه، فاتصل بخط TrevorLifeline الآن على الرقم **1-866-488-7386** أو تفضل بزيارة **Trevor Project**.
- **Trans Lifeline**: يقدم Trans Lifeline خدمات دعم الأقران ويمكنهم مساعدتك في الوصول إلى العديد من صناديق الطوارئ وموارد المساعدات المتبادلة التي يتم جمعها على المستوى المحلي وعلى مستوى الولايات المتحدة. اتصل بهم على الرقم **877-565-8860**
- دليل فيروس كورونا (COVID-19) لمجتمع LGBTQ على مستوى المدينة التابع لمشروع **NYC Unity Project**: للحصول على أحدث المعلومات حول أكثر من 100 برنامج وخدمة داعمة لمجتمع المثليات والمثليين، ومزدوجي الميل الجنسي، ومغايري الهوية الجنسية، والمشكلين جنسيًا، وثنائيي الجنس (LGBTQ)، التي لا تزال متوافرة افتراضياً أو بالحضور الشخصي عبر أنحاء مدينة نيويورك، يُرجى زيارة [دليل موارد فيروس كورونا](#)

**(COVID-19) لمجتمع المثليات والمثليين، ومزدوجي الميل الجنسي، ومغايري الهوية الجنسية، والمشكلين جنسيًا،
وثنائيي الجنس (LGBTQ) التابع لمشروع NYC Unity Project**

العودة إلى الأعلى

الوقاية من تعاطي المخدرات وعلاجه

إذا كنت تعتقد أنك تواجه مشكلة بخصوص تعاطي المخدرات أو الإدمان، فابحث عن شخص بالغ تثق فيه لكي تتحدث معه. إذا لم تكن قادرًا على التحدث إلى والديك أو شخص بالغ وداعم غيرهما، فالمساعدة متاحة.

- مركز الرعاية الصحية للمراهقين "Mount Sinai Adolescent Health Center": لديه فريق متفاني من الأخصائيين الاجتماعيين والأخصائيين النفسيين والأطباء النفسيين ممن يقدمون الخدمات للشباب في العمر من 10 إلى 24 عامًا الذين يواجهون مشكلات تعاطي المخدرات، بصرف النظر عن قدرتهم على الدفع. ويفتح المركز أبوابه من الاثنين حتى السبت. تفضل بالزيارة **عبر الإنترنت** أو اتصل على **212-423-3000**.
- مكتب خدمات الإدمان والدعم (Office of Addiction Services and Supports, OASAS) في نيويورك: خدمات علاج الإدمان والتعافي لا تزال متاحة أثناء وباء فيروس كورونا (COVID-19) العالمي. وسواء كنت في حاجة للكلام أو كنت تشعر بالقلق من أن تدخل في انسحاب أو انتكاسة، فإن مقدمي الخدمة المرخصين أو الممولين من مكتب OASAS في أنحاء ولاية نيويورك متاحون عبر الهاتف/الفيديو أو وجهًا لوجه في وجود مسافة آمنة. للمساعدة 24 ساعة يوميًا/7 أيام أسبوعيًا بخصوص الإدمان أو تعاطي المخدرات أو القمار، يرجى الاتصال بالرقم **877-846-7369**، أو أرسل رسالة نصية تحتوي على كلمة HOPENY إلى الرقم (467369)، أو **تفضل بزيارة OASAS** للحصول على المزيد من المعلومات.

العودة إلى الأعلى

المساعدة باستخدام خدمات الرعاية الصحية عن بُعد

الرعاية الصحية عن بعد هي تلك التي تحصل فيها على الرعاية الصحية أو العلاج عبر هاتفك أو جهازك اللوحي أو جهاز الكمبيوتر الخاص بك، بدلًا من الحضور شخصيًا لمقابلة مقدم الخدمات الاجتماعية أو الدعم أو مقدم الرعاية الصحية الخاص بك. خلال أزمة فيروس كورونا (COVID-19)، يحصل العديد من الأشخاص على الخدمات من خلال الخدمات الصحية عن بُعد، من أجل المساعدة في تخفيف مخاطر انتشار الفيروس أو الإصابة به.

يُرجى الاطلاع على **نصائح الرعاية الصحية عن بُعد** هذه، والتي وضعتها عائلات مدينة نيويورك ومقدمي الخدمات فيها من أجل الإجابة عن الأسئلة الشائعة ومساعدتك في تحقيق أقصى استفادة من مواعيد الرعاية الصحية المقدمة عن بُعد. وسوف نعرض على معلومات حول **إعداد الأداة التكنولوجية الخاصة بك، والاستعداد للجلسة الافتراضية**، وغيرها من الأمور. يتوفر هذا المورد بإحدى عشر لغة.

العودة إلى الأعلى

العنف العائلي أو العنف ضمن العلاقات

التباعد الاجتماعي لا يعني بالضرورة الانعزال الاجتماعي. غالبًا ما يكون الشباب الذين يتعرضون لإساءة المعاملة خائفين من الإبلاغ عن ذلك. إذا تعرضت أنت، أو شخص تعرفه، لإساءة المعاملة، فالمساعدة متاحة.

- ملاذ العائلات (Sanctuary for Families): **اتصل على 212-349-6009**

- **Safe Horizon**: اتصل بالخط الساخن للعنف المنزلي (Domestic Violence Hotline) المتاح 24 ساعة يوميًا/7 أيام أسبوعيًا: **1800-621- HOPE (4673)** اتصل بالخط الساخن للاغتصاب والتحرش الجنسي (Rape and Sexual Assault Hotline) المتاح 24 ساعة يوميًا/7 أيام أسبوعيًا: **212-227-3000**
- في حالة الإبلاغ عن إساءة معاملة طفل أو إهماله اتصل بالرقم **1-800-342-3720** (السجل المركزي بولاية نيويورك).
- إذا كنت في خطر محقق، فاتصل بالرقم **911**.

العودة إلى الأعلى

منع الانتحار

إن كنت تفكر في الانتحار، فأخبر شخصًا تثق فيه، مثل أحد الأصدقاء، أو الوالدين، أو المدرسين، أو المدربين، أو المستشارين. لست وحدك في هذا الأمر. فالمساعدة متوافرة.

- لتلقي المساعدة الفورية في حالات الأزمات 24 ساعة يوميًا/7 أيام أسبوعيًا، يُرجى الاتصال بالخط الساخن الوطني لمكافحة الانتحار (National Suicide Prevention Hotline) على الرقم **1-800-273-8255**
- لإرسال رسالة نصية إلى أحد المستشارين مجانًا، أرسل رسالة نصية تحتوي على كلمة **VOICE** إلى الرقم **20121**
- للمزيد من وسائل طلب المساعدة، تفضل بزيارة **Your Life Your Voice**

العودة إلى الأعلى

الاتجار بالأطفال:

إذا كنت تتعرض للإتجار أو إذا اضطررت لمقايسة الجنس للبقاء على قيد الحياة، فالمساعدة متاحة. إليك موارد لمساعدتك في الوصول إلى مكان أكثر أمنًا واستقرارًا.

- **الخط الساخن الوطني للاتجار بالبشر**: متاح 24 ساعة يوميًا/7 أيام أسبوعيًا/365 يومًا سنويًا لكل الشباب. اتصل على **888-373-7888**، أو أرسل رسالة نصية على **233733**، أو **اطلع على المزيد**.
- **الخط الساخن لضحايا الحالات الخاصة/الاتجار بالبشر في إدارة شرطة مدينة نيويورك (NYPD Special Victims/Human Trafficking Hotline)**: متاح 24 ساعة يوميًا/7 أيام أسبوعيًا/365 يومًا سنويًا لكل الشباب. الاتصال على **646-610-7272**
- **Safe Horizon**: اتصل على مدار اليوم بالخط الساخن إذا كنت في حاجة للمساعدة على الرقم **1-800-621-4673**.
- **دار العهد (Covenant House)**: تقدم المشورة في حالات الأزمات والإسكان في حالات الطوارئ للشباب من عمر 16 إلى 21 عامًا. اتصل بالرقم **212-613-0300** أو تفضل بزيارة **دار العهد (Covenant House)**.
- **Day One**: خدمات فردية للذكور والإناث الذين تعرضوا للاستغلال والإتجار، والعنف أثناء المواعدة الحميمة، وكذلك التدريب: اتصل على **212-566-8120**، **داخلي: 5692** أو تواصل عبر البريد الإلكتروني على **socialworker@dayoneny.org**
- **GEMS**: خدمات تعليم وتوجيه الفتيات (Girls Educational & Mentoring Services, GEMS) في مدينة نيويورك توفر خدمات تتضمن الرعاية قصيرة المدى والرعاية في الأزمات، والمناصرة في المحكمة، والإسكان الانتقالي والداعم، وإدارة الحالة. اتصل على **212-926-8089**
- إزالة الوشوم للشباب الذين تعرضوا للاتجار أو تورطوا مع عصابات: البريد الإلكتروني: **tattoo.removal@acs.nyc.gov**
- إذا كنت في خطر محقق، فاتصل بالرقم **911**.

[العودة إلى الأعلى](#)

التنمر

قد يكون التنمر بدنيًا أو لفظيًا أو اجتماعيًا أو عبر الإنترنت (التنمر الإلكتروني). ويمكن أن يمثل ذلك تجربة مخيفة وقد تكون له عواقب خطيرة. إذا كنت قد تعرضت للتنمر، فاعلم أن ذلك ليس خطأك. أبلغ شخصًا بالغًا موثوقًا بما يحدث. تحدث إلى والديك أو مدرسك أو مدربك أو مدير المدرسة أو أحد المستشارين.

- [اطلع على مزيد من](#) المعلومات بخصوص كيفية التعامل مع التنمر أو اتصل بالرقم **212-423-3000** من الاثنين حتى السبت.
- فيما يخص طلاب الإدارة التعليمية في مدينة نيويورك (NYC Department of Education)، يمكنك الحصول على المزيد من المعلومات بخصوص كيفية الإبلاغ عن تعرض الطالب للتمييز أو الترهيب أو التحرش من طالب آخر، بما في ذلك التحرش الجنسي و/أو التنمر عن طريق زيارة [صفحة معلومات DOE](#).

[العودة إلى الأعلى](#)

خيارات تنظيم الأسرة

- ممثلو جمعية **Planned Parenthood** في مدينة نيويورك: لفحوصات الصحة، وتنظيم النسل، ورعاية الحمل، واختبارات العدوى المنقولة جنسيًا، والوقاية بعد التعرض (post-exposure prophylaxis, PEP)، وصحة مجتمع LBGQTQIA، والوقاية قبل التعرض (Pre-exposure prophylaxis, PrEP)، وإجراءات الإجهاض وخدمات أخرى، ابحث عن أحد مراكز Planned Parenthood الموجود بالقرب منك اتصل على [1-800-230-PLAN](#) أو [احجز موعدًا عبر الإنترنت](#).
- عيادة تنظيم الأسرة (Family Planning Practice) في مستشفى **New York-Presbyterian**: يتاح مركز تنظيم الأسرة (Family Planning Center) للبالغات والياقات من النساء حتى عمر 45 عامًا وتتاح عيادة شباب الرجال (Young Men's Clinic) للذكور من عمر 14 عامًا إلى 35 عامًا. تتوفر رعاية طبية عبر الهاتف وعبر الفيديو ووجهًا لوجه. اتصل بالرقم: [212-305-9321](#)

[العودة إلى الأعلى](#)

دعم الأب/الأم المراهقين

ليس سهلاً للمراهق أو المراهقة أن يكون أحدهما أبا/أمًا، ويمكن للتحديات أن تتعاظم بسبب فيروس كورونا. انظر ما يلي بخصوص دعم الأب/الأم المراهقين:

- إن برنامج دعم الأب/الأم المراهقين (**The Teen Parent Program**) في مركز **Mount Sinai Adolescent Health Center** متاح للمساعدة في جعل الأمور أكثر سهولة. وهدفهم هو التأكد من أن تكون أنت وطفلك في صحة جيدة عن طريق توفير خدمات طبية عالية الجودة، وخدمات الأخصائيين الاجتماعيين، وخدمات المعالجين النفسيين، والمعلومات الخاصة بالتغذية. وتقدم كل الخدمات بشكل سري وبالمجان. تفضل بالزيارة [عبر الإنترنت](#) أو إجراء اتصال من الاثنين وحتى السبت على الرقم: [212-423-3000](#)
- وحتى لو كان المركز مغلقًا، يتوفر طبيب أطفال مناوب عبر الهاتف، 24 ساعة يوميًا. ما عليك سوى الاتصال بالرقم [212-423-3000](#) واطلب محادثة طبيب الأطفال المناوب.

[العودة إلى الأعلى](#)

دعم الإسكان

- تقوم إدارة تنمية الشباب والمجتمع (DYCD) في مدينة نيويورك بتمويل برامج الإسكان الطارئ والمعيشة الانتقالية للشباب الهاربين من منازلهم والمشردين (Runaway and Homeless Youth, RHY). يُمكن معرفة المزيد حول برامج الشباب الهاربين من منازلهم والمشردين (RHY) [هنا](#).
- **كوفينانت هاوس (Covenant House):** متاح على مدار 24 ساعة يوميًا، 7 أيام أسبوعيًا لتقديم خدمات الدعم والإسكان للشباب المحتاجين. تفضل بالزيارة [عبر الإنترنت](#) أو اتصل على **212-613-0300**.
- **ذا دور (The Door):** يُقدم خدمات الإسكان والدعم للشباب المحتاجين، وهو متاح على مدار 24 ساعة يوميًا، 7 أيام أسبوعيًا. يُرجى التواصل مع Jazzy Smith عبر jasmith@door.org للحصول على المزيد من المعلومات.

[العودة إلى الأعلى](#)

موارد ACS للشباب

بالنسبة إلى الشباب الموجودين حاليًا في الرعاية البديلة، أو هؤلاء الذين غادروا من أجل المعيشة المستقلة، أو الشباب الذين يتلقون خدمات أخرى لدى ACS، فإننا نعلم أنها فترة صعبة وقد تحتاج فيها إلى مزيد من الدعم. هناك الكثير من الأشخاص الذين يمكنهم مساعدتك، بما في ذلك مخطوط الحالات لدى الوكالة الخاصة بك وفرق المتخصصين لدى ACS ممن يمكنهم التعاون معك في أي شيء، بدءًا من حصولك على مستنداتك المهمة، والسكن، والاستعداد للوظيفة، والتعليم. يُرجى زيارة قسم [Youth \(الشباب\)](#) في موقعنا الإلكتروني أو طلب المزيد من المعلومات من مخطط الحالة لدى الوكالة الخاصة بك. إذا لم تكن متأكدًا من الشخص المناسب للتحدث معه، فيُرجى الاتصال على [مكتب الدعم \(Office of Advocacy\) لدى ACS](#) للحصول على المساعدة والمعلومات.

[العودة إلى الأعلى](#)