

# احصل على ما تحتاجه من الخدمات وأنت في منزلك لتظل بأمان خلال جائحة كوفيد-19

ترغب مدينة نيويورك في ضمان حصولك على دعم وخدمات مجانية خلال هذا الوقت العصيب لذا توفر عدة أشكال من المساعدة، وفيما يلي قائمة بالموارد المتاحة.

بالإضافة إلى ذلك، توفر إدارة الصحة في المدينة الموارد المتاحة المدرجة حسب الحي. [انقر هنا للحصول على قائمة بالموارد المتاحة لمكافحة كوفيد-19 حسب الحي.](#)

## المساعدات المجانية لكبار سكان نيويورك:

### المساعدات الغذائية

إذا كنت قلقًا بشأن قدرتك على الحصول على الطعام، تتوفر وجبات سريعة مجانية لجميع سكان نيويورك، وقد يكون بعضهم مؤهلاً للحصول على خدمة توصيل إلى المنازل.

- يُرجى زيارة [الموقع الإلكتروني الخاص بالمساعدات الغذائية](#) أو الاتصال بالرقم 311 لمعرفة المزيد من المعلومات

### الصحة والسلامة

دعم الصحة النفسية: من الشائع خلال فترة تفشي كوفيد-19 الشعور بالتوتر أو الإرهاق أو الحزن أو القلق أو الخوف.

- للمساعدة في التأقلم مع الوضع، [يرجى زيارة موقع NYC Well](#)
- إذا شعرت بتفاقم أعراض التوتر أو القلق، يمكنك التحدث مع أحد الاستشاريين على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع عن طريق الاتصال بالرقم 1-888-1-888-888-9355 (NYC-WELL) أو بإرسال كلمة "WELL" في رسالة نصية إلى 65173
- دليل [كامل بشأن خدمات الصحة النفسية المجانية التي يمكن لسكان نيويورك الاستفادة منها خلال إقامتهم في المنزل](#)

الأمان في البيت: إذا كنت لا تشعر بالأمان في منزلك، أو كنت تتعرض للضغط أو التخويف أو التهيب من أي شخص، يمكنك الاتصال بما يلي:

- مركز الموارد بإدارة شؤون المسنين في مدينة نيويورك على الرقم 1-212-442-3103 من الساعة التاسعة صباحًا حتى الساعة الخامسة مساءً
- الخط الساخن لمدينة نيويورك الذي يعمل على مدار 24 ساعة وتديره مؤسسة Safe Horizon: على الرقم 1-800-621-4673 في جميع الأوقات الأخرى
- في حال تعرضك لحالة طارئة، فعليك الاتصال بالرقم 911

توصيل الأدوية: للحصول على خدمة توصيل الأدوية الموصوفة إلى المنزل، يمكنك الاتصال بصيدلية Capsule (كبسولة) التي تقدم خدمات توصيل مجانية في نفس يوم الطلب على مدار جميع أيام الأسبوع. إذا قررت الاتصال بصيدلية Capsule، فستكون هي المسؤولة، وليست المدينة، عن توصيل الوصفات الطبية المطلوبة. وتقدم صيدلية Capsule خدمة توصيل مجانية للأدوية الموصوفة إلى المنزل، وستتحمل أنت تكاليف الدواء التي لا يغطيها تأمينك، مثلما تتعامل مع أي صيدلية أخرى. يمكن التواصل مع صيدلية Capsule على الرقم 3092-362 (646).

**المستلزمات الطبية:** للحصول على خدمة توصيل المستلزمات الطبية إلى المنزل (مثل العصي، وأجهزة المشي، والقسطرة، وسراويل داخلية / حفاظات للكبار، ومستلزمات العناية بالجروح، وأجهزة ضغط مجرى الهواء الإيجابي المستمر (CPAP) وغيرها من مستلزمات الجهاز التنفسي، وما إلى ذلك)، يمكنك الاتصال بمؤسسة Tomorrow Health، حيث تقدم خدمة توصيل مجانية للمستلزمات الطبية إلى المنزل، وستتحمل أنت تكاليف المستلزمات الطبية التي لا يغطيها تأمينك. إذا قررت الاتصال بمؤسسة Tomorrow Health، فستكون هي المسؤولة، وليست المدينة، عن توصيل المستلزمات الطبية المطلوبة. يمكنك الاتصال بالمؤسسة على 844-402-4344.

**المساعدة في الرعاية الطبية:** هل تساورك الحيرة في اختيار الخطة التي تناسبك؟ يمكنك الحصول على دعم مجاني من برنامج معلومات التأمين الصحي والاستشارات والمساعدات.

**البقاء على اتصال:** خلال هذه الفترة العصيبة، يتوفر متطوعون للاتصال بك والاطمئنان عليك. إذا كنت ترغب في الحصول على هذه الخدمة:

- يمكنك الاتصال بقسم التواصل مع المسنين على الرقم 212-244-6469 للحصول على مزيد من المعلومات

## التمويل وحماية المستهلك

**دفعة الحد من الأثر الاقتصادي (دفعة التحفيز):** سيحصل معظم كبار السن والمتقاعدين، بالإضافة إلى المستفيدين الآخرين من المزايا الفيدرالية، على مبلغ بقيمة 1200 دولار يحصلون عليه بشكل تلقائي.

**الإعدادات الضريبية المجانية:** يمكنك الحصول على مساعدة في تقديم الضرائب الخاصة بك مجانًا وأنت في منزلك في أمان. تشمل الخدمات إعداد إقرارات ضريبية افتراضية من قبل مختص متطوع تابع لبرنامج المساعدة التطوعية في إعداد ضريبة الدخل / برنامج الخدمات الاستشارية لكبار السن المعتمد من مصلحة الضرائب الأمريكية وكذلك مساعدتك في تحضيرها عبر الإنترنت.

تم تأجيل الموعد النهائي لتقديم ضريبة الدخل إلى 15 يوليو 2020. ومع ذلك، إذا كنت مؤهلاً للحصول على مدفوعات التحفيز ولكنك لن تحصل عليها تلقائيًا، فيجب عليك تقديم الضرائب الخاصة بك للحصول على مدفوعات التحفيز.

**استشارة مالية مجانية عبر الهاتف:** هل يساورك القلق بشأن شؤونك المالية؟ لا عليك، فأنت لست بمفردك. يمكنك حجز موعد للحصول على استشارات مالية سرية تُقدم مجانًا عبر الهاتف، يمكن أن يساعدك المستشار في فتح حساب مصرفي حتى تتمكن من إجراء عمليات إيداع مباشرة، وإدارة التغييرات المفاجئة في ميزانية أو دخل أسرتك، والتواصل مع الدائنين، وغير ذلك من الخدمات.

**تجنب عمليات الاحتيال:** تقدم "نصائح حماية المستهلكين من كبار السن" إرشادات بشأن عمليات الاحتيال الشائعة والمسائل المالية والجهات التي تلجأ إليها للحصول على مساعدة.

## دعم إضافي من الشباب لكبار السن

**تم تعليق جميع إجراءات الإخلاء في مدينة نيويورك إلى أجل غير مسمى.** لا يمكن لمالك العقار أن يطردك أو يطلب منك مغادرة شقتك بسبب إصابتك بكوفيد-19 أو لكونك تحت الحجر الصحي في المنزل، ولكن يتوجب عليك الاستمرار في دفع الإيجار أثناء خضوعك للحجر الصحي أو وجودك في أي وقت في منشأة طبية.

**لا يمكن إغلاق المرافق بسبب عدم سداد مدفوعات خلال جائحة كوفيد-19.** إذا تلقيت إشعارًا بفصل الكهرباء أو الغاز أو التدفئة، فيمكنك التقدم بطلب للحصول على مساعدة مالية طارئة.

**يمكنك التقدم بطلب للحصول على المزايا أثناء إقامتك في المنزل،** بما في ذلك برنامج المساعدة الغذائية التكميلية (SNAP) والمساعدة النقدية (CA).

قد يكون سكان مدينة نيويورك ذوي الدخل المنخفض مؤهلين للحصول على مساعدة مالية تصل إلى **900 دولار لتغطية نفقات الجنازة** لأي صديق أو فرد في عائلة منخفضة الدخل مقيمة في مدينة نيويورك.

## يجب على سكان نيويورك البقاء في منازلهم قدر الإمكان.

الخروج للمهام الأساسية فقط. تشمل هذه المهام العمل في شركة أساسية، والحصول على مواد البقالة والإمدادات، أو الحصول على الرعاية الطبية اللازمة.

إذا كان يجب عليك الخروج من المنزل، عليك المحافظة على مسافة ستة أقدام على الأقل بينك وبين الآخرين، وارتداء كمامة، كما ينبغي عليك غسل يديك بالصابون والماء على الدوام، لمدة لا تقل عن 20 ثانية في كل مرة، أو استخدام مطهر لليدين يحتوي على الكحول.

إليك بعض النصائح حول كيفية استخدام الكمامات بأمان:

[الأسئلة الشائعة حول الكمامات \(PDF، 27 أبريل\)](#) لغات أخرى:

[Español](#) | [Русский](#) | [繁體中文](#) | [简体中文](#) | [Kreyòl](#)

[ayisven](#) | [한국어](#) | [বাংলা](#) | [Italiano](#) | [Polski](#) | [العربية](#) | [Français](#) | ["יידיש"](#) | [اردو](#) | [فارسی](#) | [ελληνικά](#) | [עברית](#)

[हिन्दी](#) | [ברית](#) | [日本](#)

[नेपाली](#) | [Português](#) | [ਪੰਜਾਬੀ\(India\)](#) | [ਪੰਜਾਬੀ\(Pakistan\)](#) | [Tagalog](#) | [ไทย](#) | [ភាសាខ្មែរ](#) | [Tiếng Việt](#)