

# Залежність і психічне здоров'я (Addiction & Mental Health)

## Підтримка та ресурси (Support and resources)

### Телефони довіри (Helplines)

**Наступні телефони довіри надають послуги перекладу і доступні безкоштовно 24/7.**

Медична інформація	Наберіть 811 або відвідайте <a href="#">HealthLink</a>
Медична інформація, важливі телефонні номери та засоби	MyHealth.Alberta <a href="https://myhealth.alberta.ca/pages/emergency-phone-numbers.aspx">https://myhealth.alberta.ca/pages/emergency-phone-numbers.aspx</a>
Підтримка спільноти	Наберіть 211 або відвідайте <a href="http://www.ab.211.ca">www.ab.211.ca</a>
Телефон довіри для залежних	1-866-332-2322
Телефон довіри з психічного здоров'я	1-877-303-2642 <ul style="list-style-type: none"> <li>o Edmonton: Access 24/7 за номером 780-424-2424</li> <li>o Calgary: Access Mental Health за номером 403-943-1500</li> </ul>
Лінії кризових питань	<ul style="list-style-type: none"> <li>o Edmonton: 780-482-HELP (4357)</li> <li>o Calgary: 403-266-HELP (4357)</li> </ul>
Дитячий телефон допомоги	1-800-668-6868 або відвідайте <a href="https://kidshelpphone.ca/">https://kidshelpphone.ca/</a> Kids Help Phone підтримує Усний переклад на англійську, французьку, українську, російську, пушту, дарі, китайську та арабську мови.

**Ця гаряча лінія надає послуги перекладу тільки на англійську, французьку та арабську мови і доступна 24/7.**

Канал для кризового повідомлення	Надішліть текстове повідомлення CONNECT до 741741 Надішліть текстове повідомлення CONNECT до 686868 (молодь)
----------------------------------	---

### Онлайн-ресурси (Online resources)

Корисні ресурси / семінари	Допомога у важкі часи <a href="https://ahs.ca/helpintoughtimes">ahs.ca/helpintoughtimes</a>
Підтримка спільноти	<a href="http://InformAlberta.ca">InformAlberta.ca</a>
Інформація про те, як залишатися здоровим	Healthy Together – керівництво по сімейному житті й домашньому побуту в часи COVID-19. <a href="http://www.ahs.ca/healthytogether">www.ahs.ca/healthytogether</a>  <a href="http://DrugSafe.ca">DrugSafe.ca</a> – ресурс з інформацією про речовини, де можна отримати налоксон та іншу допомогу.
Підтримка онлайн-спільноти	Togetherall - це безкоштовна онлайн-спільнота з питань психічного здоров'я з клінічною модерацією. <a href="http://togetherall.com/en-ca/">togetherall.com/en-ca/</a>

<p>Інформація про програми та послуги AHS (Alberta Health Services)</p>	<p>Програми та послуги в області наркоманії та психічного здоров'я. <a href="http://www.ahs.ca/amh">www.ahs.ca/amh</a></p> <p>Community Based Naloxone Program - інформація про безкоштовну програму налоксону для лікування отруєння/передозування опіоїдами. <a href="http://www.ahs.ca/naloxone">www.ahs.ca/naloxone</a></p>
	<p>Harm Reduction Services - ресурси та послуги, які допомагають людям залишатися в безпеці, якщо вони вживають психоактивні речовини. <a href="http://www.ahs.ca/harmreduction">www.ahs.ca/harmreduction</a></p>
<p>Wellness Together Canada</p>	<p>Пропонує ресурси для підтримки психічного здоров'я та вживання психоактивних речовин. <a href="https://www.wellnesstogether.ca/en-CA">https://www.wellnesstogether.ca/en-CA</a></p>
<p>Кризисний Центр Calgary</p>	<p>Пропонує соціальні та громадські послуги, консультування в кризових ситуаціях і підтримку підлітків. <a href="https://www.distresscentre.com/">https://www.distresscentre.com/</a></p>
<p>Служба мобільних текстових повідомлень – <a href="http://Hope4Ukraine.org">Hope4Ukraine</a>   <a href="http://MentalHealthFoundation.org">Mental Health Foundation</a></p>	<p>Перекладено українською, російською та французькою мовами, люди можуть отримати поради та підтримку через щоденні повідомлення.</p> <p>Стійкість &amp; Надія4Україна надішліть ключове слово: УКРАЇНА на номер телефону 1-855-450-2266</p>

Допомога доступна

