ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਵੱਲੋਂ ਸੰਕਟ ਨਿਵਾਰਣ ਸੇਵਾਵਾਂ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਜਾਣ-ਪਛਾਣ ਵਾਲਾ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਡਰੱਗ- ਅਤੇ/ਜਾਂ *ਸ਼ਰਾਬ* -ਵਰਤੋਂ ਸੰਬੰਧੀ ਸੰਕਟ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਹਰ ਕਿਸੇ ਲਈ ਮਦਦ *ਉਪਲੱਬਧ* ਹੈ। . *ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਅਤੇ ਸ਼ਰਨਾਰਥੀ, ਔਰਤਾਂ, ਟ੍ਰਾਂਸਜੈਂਡਰ ਲੋਕ, LGBTQ+ ਲੋਕ, ਸਾਰੀਆਂ ਨਸਲੀ ਪਛਾਣਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, ਅਪਾਹਜ ਲੋਕ, ਅਤੇ ਹਰ ਧਰਮ ਦੇ ਲੋਕ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਧਰਮ ਦੇ ਲੋਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।*

ਮਦਦ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਕਰੋ

988 ਜਾਂ ਖੇਤਰੀ ਸੰਕਟ ਲਾਈਨ: 206-461-3222
ਸੰਕਟ ਸਲਾਹਕਾਰ ਫ਼ੋਨ 'ਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਮੋਬਾਈਲ ਸੰਕਟ ਟੀਮਾਂ ਭੇਜ ਸਕਦੇ ਹਨ। (ਅਨੁਵਾਦ ਸੇਵਾ *ਉਪਲੱਬਧ* ਹੈ)

911 ਜੇਕਰ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਸੰਕਟ ਜੀਵਨ ਜਾਂ ਜਨਤਕ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਖਤਰਾ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਦੱਖਣੀ ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ, 911 ਕਾਲ ਸੈਂਟਰਾਂ ਵਿੱਚ ਸੰਕਟ ਸਲਾਹਕਾਰ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਡਰੱਗ ਜਾਂ *ਸ਼ਰਾਬ* ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਦੇ ਸੰਕਟ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਾਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ:

24 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਲਈ ਜਾਂ ਜਿਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ, ਉਸਦੇ ਲਈ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਦੀ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਬੁੱਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਇਲਾਜਾਂ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ: ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ ਰਿਕਵਰੀ ਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ: **866-789-1511**.

ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲਈ: **988** ਜਾਂ ਖੇਤਰੀ ਸੰਕਟ ਲਾਈਨ: **206-461-3222** 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਟੀਮਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕੋਲ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਆ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ

- **ਮੋਬਾਈਲ ਸੰਕਟ ਟੀਮਾਂ** ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਸੰਕਟ ਨਿਵਾਰਣ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਸੰਕਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬਾਲਗਾਂ, ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਪੂਰੀ ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲੈਣ ਲਈ 988 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ।
- **ਆਊਟਰੀਚ ਟੀਮਾਂ** ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਸੰਕਟ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸੀਏਟਲ ਦੇ ਸਿਟੀ ਹਾਲ ਪਾਰਕ ਅਤੇ ਮੈਟਰੋ ਅਤੇ ਸਾਊਂਡ ਟਰਾਂਜ਼ਿਟ ਸਟੇਸ਼ਨ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- **ਸੰਕਟ ਨਿਵਾਰਣ ਲਈ ਨਿਰਧਾਰਿਤ ਵਿਅਕਤੀ,** (DCR) **ਜੋ** ਕਿਸੇ ਦੀ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੰਕਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਜਾਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਣ ਦੇ ਜੋਖਮ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਦੇ ਹਨ। DCR ਨੂੰ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਘਿਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਤਿਕਾਰ ਸਹਿਤ ਪੇਸ਼ ਆਉਣ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਸੰਕਟ ਨਿਵਾਰਣ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ 'ਤੇ ਜਾਓ

"ਸੰਕਟ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ" ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਅਤੇ ਸ਼ਰਾਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸੰਕਟਕਾਲ ਦੀ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ਾਲ ਸ਼੍ਰੇਣੀ ਲਈ ਮਦਦ ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ 24-ਘੰਟੇ/ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ 7-ਦਿਨ ਉਪਲੱਬਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

King County
DCHS
Department of Community and Human Services

ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਵੱਲੋਂ ਸੰਕਟ ਨਿਵਾਰਨ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ *2026 ਵਿੱਚ ਖੁੱਲ ਰਹੇ ਹਨ*

ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ, ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਨਸ਼ੀਲੇ ਪਦਾਰਥਾਂ ਜਾਂ *ਸ਼ਰਾਬ* ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਮਦਦ ਲਈ, ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਪੰਜ ਸੰਕਟ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ ਖੋਲ੍ਹੇਗੀ। ਪਹਿਲਾ ਕੇਂਦਰ 2026 ਵਿੱਚ ਖੁੱਲ੍ਹਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਪੰਜ ਕੇਂਦਰ, 2030 ਤੱਕ ਖੁੱਲ੍ਹ ਜਾਣਗੇ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਕੇਂਦਰ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਲਈ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਇੱਥੇ ਜਾਓ:

kingcounty.gov/crisis-care-centers

ਕਿਰਕਲੈਂਡ ਦਾ ਸੰਕਟ ਨਿਵਾਰਣ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕੇਂਦਰ *ਓਪਨਿੰਗ ਸਮਰ 2024*

ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਨੇ ਸੰਕਟ ਨਿਵਾਰਣ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਨਿਵੇਸ਼ ਕੀਤਾ ਹੈ ਉੱਤਰੀ ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਗੱਠਜੋੜ ਜੁਲਾਈ ਵਿੱਚ ਖੁੱਲ੍ਹੇਗਾ। ਜਾਓ: **405 ਕਰਕਲੈਂਡ ਕਾਰਪੋਰੇਟ ਸੈਂਟਰ** **connectionshs.com/nkc (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਵਿੱਚ)**

ਸੰਕਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮਦਦ

ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਕਲਾਇੰਟ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਲਾਈਨ: 206-263-8997

ਮੈਡੀਕੇਡ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਸੰਕਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇਖਭਾਲ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਣ ਅਤੇ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਹਿ ਸਕਣ। ਸੰਕਟ ਨਿਵਾਰਨ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰਾਂ ਦਾ ਦੌਰਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਲਾਇੰਟ ਲਈ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਗੇ।

ਓਪੀਔਇਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਲਈ ਦਵਾਈ

ਮੁਫ਼ਤ 24/7 Bup ਨੁਸਖ਼ਾ ਲਾਈਨ: 206-289-0287

Buprenorphine (Bup ਬਿਊਪ੍ਰੇਨੋਰਫਿਨ) ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਓਪੀਔਇਡ ਦੀ ਲਾਲਸਾ, ਇਸਨੂੰ ਛੱਡਣ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ 13 ਸਾਲ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦਾ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਮੁਫ਼ਤ ਨੁਸਖ਼ਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਕਾਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਮੁਫਤ ਨਲੋਕਸੋਨ

Naloxone (ਨਲੋਕਸੋਨ) (ਇਸਨੂੰ ਨਾਰਕਨ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ) ਇੱਕ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਓਪੀਔਡ ਦੀ ਓਵਰਡੋਜ਼ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਫਾਰਮੇਸੀਆਂ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਾਂ ਮੁਫਤ ਔਨਲਾਈਨ ਆਰਡਰ ਕਰੋ: phra.org/naloxone (ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਜਾਂ ਸਪੈਨਿਸ਼ ਵਿੱਚ) ।

ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸਵਾਲ

ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਦੀਆਂ ਸੰਕਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਕੀਮਤ ਕਿੰਨੀ ਹੈ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਮੈਡੀਕੇਡ ਜਾਂ ਨਿੱਜੀ ਬੀਮਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੰਕਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਬੀਮਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਸੰਕਟ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦੀ ਲਾਗਤ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਂ ਮਦਦ ਲਈ 988 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ, ਮੋਬਾਈਲ ਸੰਕਟ ਟੀਮਾਂ ਨਾਲ ਜੁੜ ਕੇ ਜਾਂ ਸੰਕਟ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰ ਵਿੱਚ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਆਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਵਿੱਚ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣ ਲਈ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੋ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਰੂਮ ਨਾ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸੰਕਟ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਲਈ **911** ਜਾਂ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਾ ਹੋਵੇ। ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਦੀਆਂ ਮੋਬਾਈਲ ਸੰਕਟ ਟੀਮਾਂ ਪੁਲਿਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਦਦ ਲਈ ਕਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇਮੀਗ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸਥਿਤੀ ਨਹੀਂ ਪੁੱਛਦੀਆਂ ਜਾਂ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀਆਂ। ਸੰਕਟ ਦੇਖਭਾਲ ਕੇਂਦਰਾਂ ਵਿੱਚ, ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਹਰ

ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਅਤੇ ਗਾਹਕਾਂ ਦੀ ਗੁਪਤਤਾ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਇੱਕ ਤਰਜੀਹ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ, ਕਿੰਗ ਕਾਉਂਟੀ ਪ੍ਰਵਾਸੀਆਂ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਰਾਜ ਦੇ ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਸਥਾਨਕ ਨਿਯਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।