

דראָג און אלקאהאל באנוץ דורכאויס קאָויד-19

ענדערונגען אין די וועג וויאזוי מענטשן נוצן דראָגס און אלקאהאל קענען פארגרעסערן די סכנה פון אן אָווערדאָז. אט זענען עטליכע וועגן צו נוצן דראָגס און אלקאהאל אויף א זיכערערע וועג:

באנוצט זיך מיט דראָגס אויף א זיכערע אופן און פארמיידט אָווערדאָז

האלט אייביג מיט זיך נעילאקסאָן – אויך באקאנט אלץ נאַרקען – אין פאל פון אן אָווערדאָז



האלט זיך צוריק פון נוצן אליין

הויבט אן מיט ווייניגער און נוצט שטייטערהייט

האלט זיך צוריק פון מישן דראָגס

ענדערונגען אין די סארטן דראָגס וואס איר נוצט און אין וויפיל איר נוצט קענען משפיע זיין אויף די מאס וואס איר קענט פארנעמען און פארגרעסערן די סכנה פון אן אָווערדאָז



זייט פארזיכטיג מיט פענטאניל, א מאכטפולע אָפיויד מאטעריאל וואס איז א באשטאנדטייל פון די דראָגס וואס פארגרעסערט די סכנה פון אן אָווערדאָז

נוצט נישט די זעלבע דראָג באנוץ געצייג פון אנדערע מענטשן, למשל סירינדזשעס (איינשפריץ נאדל) אדער פיפקעס

זייט וואכזאם ביים טרינקן

האלט חשבון פון ווען און וויפיל איר טרינקט



עסט עסן און טרינקט אנדערע משקאות וואס אנטהאלטן נישט קיין אלקאהאל



האלט זיך צוריק פון אויסמישן דראָגס און אלקאהאל



טוט זיך באטייליגן אין אקטיוויטעטן וואס דרייען זיך נישט ארום אלקאהאל



באקומט די הילף וואס איר דארפט.

- פארבינדט זיך מיט די סירינדזש סערוויס פראגראם (syringe service program, SSP) פאר ריינע סופלייס און פאר סערוויסעס צו פארקלענערן די שאדן.
- רעדט מיט אייער דאקטאר וועגן מעטאָדאָן אדער בופרענאָרפין פאר אָפיויד באנוץ באהאנדלונג.
- רעדן מיט איינעם קען העלפן. NYC Well איז אייער פלאץ צו באקומען אומזיסטע, קאנפידענטשעל גייסטישע געזונט הילף, צו באקומען 24/7 אין מער פון 200 שפראכן. טרענירטע קאָנסעלאַרס קענען צושטעלן קורצע קאָנסעלינג, צוטריט צו נעילאקסאָן און אייך ווייטער שיקן פאר באהאנדלונג. רופט **888-692-9355** אדער באזוכט nyc.gov/nycwell צו רעדן מיט איינעם דורך די אינטערנעט.



פאר מער אינפארמאציע:

פאר אינפארמאציע וועגן סירינדזש סערוויס פראגראמען אין ניו יארק סיטי, גייט צו nyc.gov/health און זוכט פאר "syringe services" (סירינדזש סערוויסעס).

פאר מער אינפארמאציע וועגן קאָויד-19 און איבער וואו צו וואקסינירט ווערן, באזוכט nyc.gov/health/coronavirus. רופט די קאָויד-19 האַטליין אויף **212-268-4319** צו באקומען די לעצטע אינפארמאציע, טרעפן קאָויד-19 טעסטינג פלעצער און באקומען ענפערס אויף אייערע פראגן פון מומחים.