



# VILLE DE PORTLAND

## GUIDE DE RESSOURCES COVID-19 2.0

Pour plus d'informations sur celles et des nombreuses ressources locales visitez la page web COVID d'OEO: [www.portlandofportunity.com/COVID19](http://www.portlandofportunity.com/COVID19)

### Se sentir déprimé(e)?



### Appelez 9-1-1

Utilisez les ressources de crise (les numéros de téléphone et/ou le chat en ligne)

Appelez 1-866-5695 (géré par 211)

Prenez contact à quelqu'un en qui vous avez la confiance. Verbalisez vos sentiments et/ou soucis avec un(e) ami(e), un proche, ou un(e) collègue.



Appelez 1-866-811-5695 (géré par 211) pour en savoir plus sur les ressources disponibles à vous ou aux autres.

**Si en crise**, appelez Maine Crisis Line à 1-888-568-1112, le National Disaster Distress Hotline à 1-800-985-5990, ou utilisez le chat en direct à [www.OpportunityAlliance.org](http://www.OpportunityAlliance.org)



Page multilingue sur comment faire face la stress pendant les épidémies de maladies infectieuses: <https://dmh.lacounty.gov/covid-19-information/>  
Pour plus de ressources multilingues sur la santé mentale, visitez la page web COVID d'OEO

**\*\*toutes les ressources ci-dessus sont disponibles 24h/24, 7j/7**

### Questions sur le chômage ?



- Déposer pour le chômage à [www.maine.gov/unemployment](http://www.maine.gov/unemployment) ou appelez 1-800-593-7660
- Il est fortement recommandé que vous postuliez au chômage en ligne

**\*\*A partir du 6 avril 2020: appelez par votre nom de famille. Si votre nom de famille commence avec: A-H appelez le lundi, I-Q appelez le mardi, R-Z appelez le mercredi. Le jeudi et le vendredi sont ouverts à tout le monde.**

Si vous avez besoin d'aide pour déposer, vous pouvez contacter:

- Prosperity Maine: (207)-797-7890 (anglais, français, swahili, kinyarwanda, kirundi, arabe, lingala, kinyamulenge)
- Catholic Charities Refugee and Immigration Services: (207)-650-3939 (n'importe quelle langue)
- Maine Access Immigrant Network (MAIN): email [info@main1.org](mailto:info@main1.org). Pour français ou lingala, contactez Christian Bisimwa 207-331-6134 ou Sabine Kangombe 207-331-6995
- In Her Presence: [contact@inherpresence.org](mailto:contact@inherpresence.org) (anglais, arabe, français)

### Questions sur les paiements d'impact économique ? (loi CARES)



La loi CARES est un plan de relance adopté par le gouvernement fédéral qui fournit l'aide financière à quelques individus et familles pendant la pandémie COVID.

#### Vous êtes éligible si:

- Vous avez produit une déclaration de revenus pour 2018 ou 2019 (vous pouvez produire pour 2019 avant le 15 juillet 2020), ou vous n'êtes pas obligé de produire parce que votre revenu était faible, ou il était le revenu de sécurité supplémentaire (SSI)
- Vous avez produit une déclaration de revenus comme "célibataire" et avez un numéro de sécurité sociale (SSN) valable et autorisé à travailler
- Vous êtes marié(e), et les deux époux avaient les SSNs qui sont autorisés à travailler

#### Que recevez-vous si vous êtes éligible?

- Une personne célibataire avec un revenu maximum de 75.000 \$/an: 1200 \$
- "chef de famille" avec un revenu maximum de 112.000\$/an : 1200 \$
- Un couple marié avec un revenu maximum de 150.000\$/an: 2400 \$
- 500 \$ pour chaque enfant âgé 16 ou moins qui est personne à charge sur la déclaration de revenus de ses parents

#### Vous n'êtes pas éligible si:

- Vous avez payé les impôts avec un "ITIN" (numéro d'identification individuel du contribuable)
- Vous êtes marié(e) à quelqu'un qui n'a pas de SSN valable et autorisé à travailler, sauf un de vous faites partie du militaire. Même si vous avez vous-même un SSN, personne dans la famille n'est éligible.
- Quelqu'un âgé de 17 à 24 qui est identifié comme une personne à charge sur les impôts de ses parents, même s'il/elle avait produit les revenus séparément de ses parents.
- Vous avez produit votre déclaration de revenus de 2019 ou 2018 comme un nonrésident (en utilisant le formulaire IRS 1040-NR).
- Vous avez un SSN valable mais vous n'avez pas encore produit votre déclaration de revenus de 2018 ou de 2019 (vous pouvez encore les déclarer pour 2019 avant le 15 juillet 2020)

**\*Pour les non-déclarants: visitez [irs.gov/coronavirus/non-filers-enter-payment-info-here](https://irs.gov/coronavirus/non-filers-enter-payment-info-here) \***

### Questions sur les changements aux bénéfices publiques?

- Pour des questions sur les changements aux bénéfices publiques (GA, TANF, and SNAP), tel que plus flexibilité, flexibility, plus de temps, et plus d'argent, visitez [www.maine.gov/dhhs/ofi](http://www.maine.gov/dhhs/ofi)
- Pour des questions sur le logement (aide financière avec le loyer), visitez [mainehousing.org/programs-services/rental/rentaldetail/covid-19-rental-relief-program](http://mainehousing.org/programs-services/rental/rentaldetail/covid-19-rental-relief-program)



Pour les ressources au niveau de l'Etat, appelez 1-866-811-5695 (géré par 211)

Si un interprète est nécessaire, dites votre langue.

Pour les mises à jour visitez: [portlandmaine.gov/COVID19](http://portlandmaine.gov/COVID19)

Inscrivez-vous à "Stay Connected" and recevez des alerts via email ou SMS dans n'importe quelle langue: <https://www.portlandmaine.gov/Stay-Connected>

