

メンタリー・フィット・ヘルプライン いつでも側にいます



心のケアは、身体のケアと同様に重要です。IOC/IPCではサポートが必要な時に誰かと話すことができることの重要性を理解しています。そのため、東京2020オリンピック・パラリンピック大会期間中、出場選手が利用できる無料かつ秘密厳守のメンタルヘルス・カウンセリングサービス、メンタリー・フィット・ヘルプラインを設置いたしました。

いつでもライブアシスタンスが利用できます

オリンピック大会またはパラリンピック大会に出場される選手の皆さんは、スポーツ関連の心配事だけでなく、私的な心配事に関しても、無料かつ秘密厳守のアシスタンスが受けられます。ご連絡いただくと、専門家による短期のカウンセリングや、電話や映像によるその瞬間に必要なサポートを含め、ライブアシスタンスが24時間体制で受けられます。

支援できるように待機しています

お困りの問題に対して援助が提供できる専門家が待機しています。

対応できる状況の例を挙げると：

- プレッシャーの管理
- 燃え尽きたとか、圧倒されたような感情
- スポーツと個人の生活との調和
- 生活やキャリア上での変化への対応
- ストレスの管理
- コミュニケーションの改善
- ケガと向き合う
- 不安の管理
- うつ
- 摂食障害
- いじめ、ハラスメント、虐待
- 子育て

秘密は厳守されます

サポートはあなたのコーチやチーム、IOCから完全に独立している専任の専門家によって提供されます。当チームには職業上の守秘義務があるため、サービスを利用した個人の詳細情報を漏らすことはありません。どのような内容をお話しになるかはあなたがお決めになることですが、それが他者に伝わることはありません。

世界中どこからでも支援が受けられます

- 毎日24時間体制で利用可能
- 世界中から電話やEメール、ウェブサイトを通して利用できます
- お困りの任意の問題に対して、情報やカウンセリングを提供します
- 無料 - サービスの利用に費用はかかりません
- ご自分の言語で支援が受けられます



最善を達成するためのサポート

Language		Direct Dial Number	Hours	Routing Description	iCY Access Codes
Arabic	العربية	+44 12 8722 1871	SUN-TH 9am-5pm (GMT+4)	+44 12 8722 1871 is answered in Arabic during hours of SUN-TH 9am-5pm (GMT+4). All other hours are supported in English. Language Line will be utilized for any support needs in Arabic.	212859
Bahasa Indonesia	Bahasa Indonesia	+62 02180657679	M-F 9am-5pm (GMT+7)	+62 02180657679 is answered in Indonesian during hours of M-F 9am-5pm (GMT+7). All other hours are supported in English. Language Line will be utilized for any support needs in Indonesian.	212860
Brazil Portuguese	Português do Brasil	+55 11350 07922	Full Day {24/7}	+55 11350 07922 is answered in Portuguese - Brazilian 24/7	212861
Canadian English	Canadian English	+1 416 956 2979	Full Day {24/7}	+1 416 956 2979 is answered in Canadian English 24/7	212862
Canadian French	Français canadien	+1 416 956 2979	Full Day {24/7}	+1 416 956 2979 is answered in Canadian French 24/7	212863
Czech	Čeština	+420 239 018 289	Full Day {24/7}	+420 239 018 289 is answered in Czech 24/7	212864
Danish	dansk	+44 2089876273	Full Day {24/7}	+44 2089876273 is answered in English 24/7. Language Line will be utilized for any support needed in Danish.	212865
Dutch	Nederlands	+32 92415485	Full Day {24/7}	+32 92415485 is answered in English 24/7	212866
English	English	+44 2089876273	Full Day {24/7}	+44 2089876273 is answered in English 24/7.	212867
Finnish	suomi	+44 2089876273	Full Day {24/7}	+44 2089876273 is answered in English 24/7. Language Line will be utilized for any support needed in Finnish.	212868
French	Français	+33 359711203	Full Day {24/7}	+52 55 8526 4935 is answered in French 24/7.	212869
German	Deutsch	+49 322 2109 5114	Full Day {24/7}	+49 322 2109 5114 is answered in German 24/7	212870
Hindi	हिंदी	+91 80 66080081	M-F {24/7}	+91 80 66080081 is answered in Hindi or English M-F 24/7. All other hours are supported in English. Language Line will be utilized for any support needed in Hindi outside of business hours.	212871
Hungarian	magyar	+36 1 999 6726	Full Day {24/7}	+36 1 999 6726 is answered in Hungarian 24/7	212872
Icelandic	Íslenska	+44 2089876273	Full Day {24/7}	+44 2089876273 is answered in English 24/7. Language Line will be utilized for any support needed in Icelandic.	212873
Italian	Italiano	+39 02 8710 3897	Full Day {24/7}	+39 02 8710 3897 is answered in Italian 24/7	212874
Japanese	日本語	+81 36866 2815	Full Day {24/7}	+81 36866 2815 is answered in Japanese 24/7	212875
Korean	한국어	+82 70 4732 0469	Full Day {24/7}	+82 70 4732 0469 is answered in Korean 24/7	212876
LATM spanish	LATM español	+52 55 8526 4935	Full Day {24/7}	+52 55 8526 4935 is answered in Spanish - LATAM 24/7.	212877
Malay	Melayu	+60 377240442	Full Day {24/7}	+60 377240442 is answered in Malay 24/7.	212878
Norwegian	norsk	+47 2405 5493	Full Day {24/7}	+47 2405 5493 is answered in Norwegian	212879
Spain Spanish	España Español	+34 918 368 897	Full Day {24/7}	+34 918 368 897 is answered in Spanish - Europe 24/7	212880
Swedish	Svenska	+46 7 7575 7455	Full Day {24/7}	+46 7 7575 7455 is answered in Swedish 24/7	212881
Thai	ไทย	+66 2 105 6145	M-F 10am-5pm (GMT+7)	+66 2 105 6145 is answered in Thai M-F 10am-5pm (GMT+7). All other hours are supported in English. Language Line will be utilized for any support needed in Thai outside of business hours.	212882
Turkish	Türkçe	+90 850 390 2141	Full Day {24/7}	+90 850 390 2141 is answered in Turkish 24/7.	212883
US English	US English	+1 984 239 2338	Full Day {24/7}	+1 984 239 2338 is answered in US English 24/7	212884

アクセスは簡単です。

いつでも、どこでも、電話や電子メール、インターネットを通して秘密厳守のサポートが受けられます。

電話をかけるか、ログオンして始めてください。

ホームページ: <http://global.helpwheretheyouare.com>

会社コード: Athlete365

メール: support@resourcesforyourlife.com

Mental Health



#MentallyFit | Athlete365