

Línea de Acceso y Crisis de San Diego

888-724-7240 TDD/TTY Marque 711



Asistencia gratuita y confidencial en todos los idiomas

- las 24 horas del día
- los 7 días de la semana



Servicios de chat en Internet disponibles

- de lunes a viernes
- de 4 p.m a 10 p.m



optumsandiego.com

Estamos aquí para usted

La Línea de Acceso y Crisis de San Diego (Access and Crisis Line, ACL) asiste a personas que están abrumadas, deprimidas o buscando respuestas, o que tienen conocidos que lo están.

Una llamada telefónica le conectará con un consejero compasivo que siempre está listo para brindarle esperanza y aliento.

Podemos brindarle ayuda cuando:

- Necesite hablar con un profesional que se interese por usted
- No sienta que puede hacer frente a la vida
- Esté buscando recursos comunitarios
- Le preocupe que alguien que conoce pueda lastimarse
- Sienta que podría estar en peligro de herirse a sí mismo o de herir a los demás



Si usted o alguien que conoce está en crisis, hay ayuda disponible en todo el país. Llame o envíe un mensaje de texto al **988**, o chatee en 988lifeline.org

Optum



La Agencia de Salud y Servicios Humanos del Condado de San Diego proporciona los fondos para estos servicios.