

Линия доступа и помощи в кризисных ситуациях в Сан-Диего

888-724-7240, линия TDD/TTY 711



Бесплатная конфиденциальная поддержка на любом языке

- 24 часа в сутки
- 7 дней в неделю



Доступна услуга онлайн-чата

- с понедельника по пятницу
- с 4 p.m. до 10 p.m.



optumsandiego.com

Мы всегда готовы помочь

Линия доступа и помощи в кризисных ситуациях в Сан-Диего (Access and Crisis Line, ACL) предназначена для людей, находящихся в состоянии подавленности, депрессии или в поиске ответов на свои вопросы.

Позвоните на эту линию, и вас соединят с консультантом, который всегда готов помочь обрести надежду и получить поддержку.

Обращайтесь, если:

- вам нужно поговорить с отзывчивым специалистом;
- вы чувствуете, что не справляетесь;
- вам нужен доступ к ресурсам по месту жительства;
- вам кажется, что знакомый вам человек может причинить себе вред;
- вы чувствуете, что находитесь на грани того, чтобы причинить вред себе или окружающим.



Если вы или кто-то другой находитесь в кризисной ситуации, помощь доступна по всей стране. Позвоните или отправьте текстовое сообщение по номеру **988** или напишите в чат на веб-сайте **988lifeline.org**

Optum



Услугу финансирует Агентство здравоохранения и социального обслуживания округа Сан-Диего