



## 저희가 도움을 드리겠습니다

San Diego 액세스 및 위기 전화(Access and Crisis Line, ACL)는 감당하기 어려운 일을 겪었거나 우울증에 시달리고 있거나 답을 구하고 있는 사람들에게 도움을 제공합니다.

전화하시면 희망과 용기를 북돋아드리기 위해 대기하고 있는 친절함 상담사와 연결됩니다.

## 다음과 같은 경우에 도움을 드릴 수 있습니다:

- 보살핌을 제공하는 전문가와 상담이 필요할 때
- 생활을 이겨내기가 힘들 때
- 지역사회 리소스를 찾고 있을 때
- 지인이 자해를 할까 봐 걱정이 될 때
- 본인이 자해를 하려거나 또는 남을 해하려는 충동이 생길 때



optumsandiego.com



## San Diego 액세스 및 위기 전화

주 7일, 24시간 무료 지원  
모든 언어로 이용 가능

# 888-724-7240

## TDD/TTY 711

optumsandiego.com



본인 또는 누군가가 위험에 처해 있다면 전국 어디에서든 도움을 받으실 수 있습니다. **988**번으로 전화를 하시거나 문자를 보내 주십시오. 또는 **988lifeline.org**에서 채팅을 통해 상담을 받으실 수 있습니다.

# Optum



본 서비스는 San Diego 카운티 보건복지부에서 후원하고 있습니다.

317028-022024  
ACL TRIFOLD - 한국어 © 2024 Optum

# Optum

## San Diego 액세스 및 위기 전화

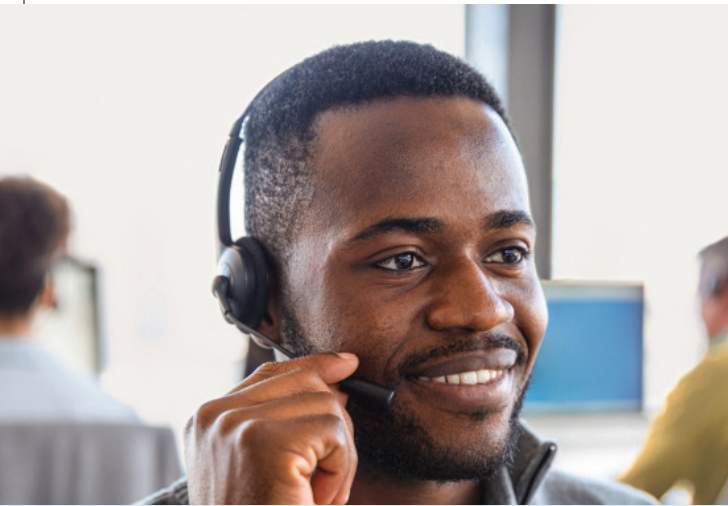
주 7일 24시간 무료 지원



## 저희가 도움을 드리겠습니다

# 888-724-7240

## TDD/TTY 711



## 회사 소개

San Diego 액세스 및 위기 전화(Access and Crisis Line, ACL)는 Optum에서 운영하는 서비스로 1997년부터 San Diego 카운티 주민에게 기밀이 보장되는 무료 지원과 지역사회 리소스를 제공해 왔습니다.

당사의 직원은 교육을 이수한 정신 건강 분야의 전문가로 구성되어 있으며, 충분한 지식과 공감을 바탕으로 도움을 드리고 있습니다.

## 서비스 소개

- 모든 연령대를 대상으로 한 기밀 보장 무료 지원
- 위기 중재
- 자살 예방, 중재 및 사후 중재
- 정신 건강, 알코올 및/또는 약물 요구 사항에 대한 의료 추천
- 기타 관련 리소스 추천
- 모바일 위기 대응 검사

## 도움을 받을 수 있는 대상

- 정신 건강 또는 약물 사용 관련 문제로 어려움을 겪고 있는 사람(모든 연령대)
- 상대방의 상태가 걱정되는 가족 구성원 또는 친구
- 본인 또는 다른 사람을 해하려는 충동이 생기는 사람
- 자신의 고객을 돕기 위한 리소스를 찾는 전문가

## 웰니스 플랜

“도움이 필요하면 어떻게 해야 하나요?”  
**연락해 주십시오!**

액세스 및 위기 전화: **888-724-7240**

가족/친구: \_\_\_\_\_

치료사: \_\_\_\_\_

의사: \_\_\_\_\_

성직자: \_\_\_\_\_

기타 지원: \_\_\_\_\_

**생명을 위협하는 응급 상황인 경우 911에 전화하십시오.**

## San Diego 액세스 및 위기 전화

주 7일 24시간 무료 지원

저희가 도움을 드리겠습니다

**888-724-7240**

TDD/TTY 711



**888-724-7240**  
**모든 언어로 이용 가능한**  
**기밀 보장 무료 지원**

- 24시간 지원
- 주 7일



**온라인 상담 서비스 제공**

- 월요일~금요일
- 오후 4시~오후 10시

