

San Diego خط الوصول والأزمات

مساعدة مجانية متاحة على مدار 24 ساعة،
طوال 7 أيام الأسبوع

San Diego خط الوصول والأزمات

مساعدة مجانية متاحة على مدار 24 ساعة، طوال 7 أيام
الأسبوع، وبجميع اللغات.

888-724-7240
TDD/TTY: اتصل بالرقم 711
optumsandiego.com

إذا كنت تمر بأزمة أو تعرف شخصاً
يواجه أزمة، فالمساعدة متاحة في
جميع أنحاء البلاد. اتصل أو أرسل
رسالة نصية إلى 988، أو تحدث عبر
الدردشة على **988lifeline.org**

نحن هنا من أجلك

888-724-7240
TDD/TTY: اتصل
بالرقم 711

تمويل الخدمات مقدم من
خدمات الصحة السلوكية في مقاطعة San Diego.

Optum علامة تجارية مسجلة لشركة Optum, Inc. في الولايات المتحدة
والولايات القضائية الأخرى. جميع العلامات التجارية الأخرى ملك لأصحابها
المعنيين. لأننا نعمل باستمرار على تحسين منتجاتنا وخدماتنا، تحتفظ
Optum بالحق في تغيير المواصفات دون إشعار مسبق. شركة Optum جهة
عمل تلتزم بتكافؤ الفرص.

© 2026 Optum, Inc. جميع الحقوق محفوظة. WF23210776 08/26



نحن هنا من أجلك

خط الوصول والأزمات في San Diego (San Diego Access and Crisis Line, ACL)
يد العون الممتدة للأفراد من جميع الأعمار أو لمن
يعرفونهم ممن يشعرون بالإرهاق النفسي، أو
الاكتئاب، أو يبحثون عن إجابات.

بمجرد اتصالك، ستجد متخصصاً متفهمًا
يصغي إليك باهتمام، وحاضراً دائماً ليمنحك
الأمل والدعم.

يمكننا المساعدة عندما:

- تحتاج إلى التحدث مع متخصص
يكثرث لأمرك.
- تشعر بعدم قدرتك على التكيف مع
صعوبات الحياة.
- تبحث عن موارد ومصادر الدعم المجتمعي.
- ينتابك القلق من احتمال إيذاء أحد
معارفك لنفسه.
- تشعر أنك قد تكون في خطر إيذاء نفسك
أو الآخرين.



optumsandiego.com

نبذة عنا



خطة العافية

"إذا كنت بحاجة إلى مساعدة، فماذا
يمكنني أن أفعل؟"
تواصل معنا!

خط الوصول والأزمات: 888-724-7240

العائلة/الصديق: _____

المعالج: _____

الطبيب: _____

رجل الدين: _____

دعم آخر: _____

تتولى شركة Optum تشغيل خط الوصول والأزمات
في (San Diego Access and Crisis San Diego)
(San Diego, Line, ACL)، الذي يوفر لسكان مقاطعة
San Diego منذ عام 1997 دعمًا مجانيًا وسريًا وسريعًا، بالإضافة
إلى موارد مجتمعية.

تضم كوادرنأ أخصائيين متمرسين في الصحة
النفسية، يقدمون دعمًا يعكس التفهم والدراية الكاملة
لكل من نساندهم.

نبذة عن خدماتنا

- دعم مجاني وبسرية لجميع الأعمار.
- التدخل في الأزمات.
- منع الانتحار والتدخل في حالات الانتحار، وتقديم
الدعم بعد محاولة الانتحار.
- الإحالات المخصصة لاحتياجات الصحة النفسية،
و/أو علاج إدمان الكحول و/أو إدمان المخدرات.
- الإحالات إلى الموارد الأخرى ذات الصلة.
- التقييم الأولي ضمن خدمات الاستجابة
المتنقلة للأزمات.

الفئات التي يمكننا مساعدتها

- الأفراد من جميع الأعمار ممن يعانون من مشكلات
متعلقة بالصحة النفسية أو تعاطي المواد المخدرة.
- أفراد العائلات أو الأصدقاء القلقون بشأن
أحد معارفهم.
- الأشخاص الذين يفكرون في إيذاء أنفسهم
أو الآخرين.
- المتخصصون الذين يبحثون عن موارد ومصادر
دعم لعملائهم/مراجعهم.



888-724-7240

دعم مجاني وبسرية تامة
بجميع اللغات.

- على مدار 24 ساعة يوميًا.
- على مدار 7 أيام الأسبوع.

888-724-7240
TDD/TTY: اتصل بالرقم 711