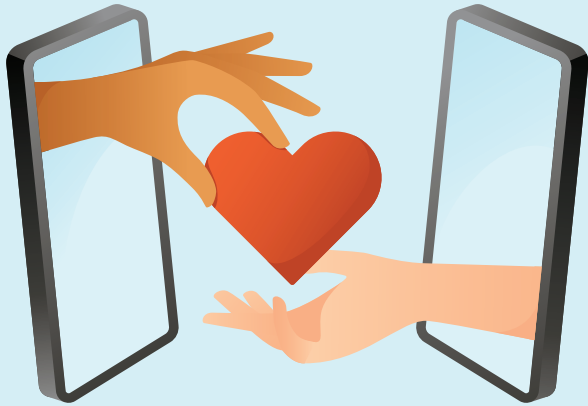


Optum



طخ San Diego نارحب و یسرتسد

کمک رایگان 24 ساعت در 7 روز هفته



ما برای شما اینجا هستیم

888-724-7240

TDD/TTY دایل کنید 711

طخ San Diego نارحب و یسرتسد

کمک رایگان 24 ساعته به تمام زبان ها در 7 روز هفته

888-724-7240

TDD/TTY دایل کنید 711

optumsandiego.com

اگر شما یا شخصی که میشناسید
در بحران قرار دارد، کمک در سراسر
کشور موجود است. با 988
تماس بگیرید یا پیام دهید، یا در
988lifeline.org گپ بزنید



Optum

بودجه خدمات توسط اداره صحت و خدمات بشری شهرستان
San Diego ارائه می شود

Optum یک علامت تجاری ثبت شده شرکت Optum در ایالات متحده و
سایر حوزه های قضایی است. تمام نشان های تجاری دیگر ملکیت مالکان
مربوطه شان است. بخاطریکه ما بشکل دوامدار محصولات و خدمات خود را
بهبود مبخشیم، Optum حق تغییر مشخصات را بدون اطلاع قبلی برای خود
محفوظ میدارد. Optum یک کارفرمای متعهد برای فرصت های مساوی است.

© 2026 Optum, Inc. تمام حقوق محفوظ است. WF23210776 08/26



ما برای شما اینجا هستیم

San Diego خط دسترسی و بحران
(ACL) یک دست دراز شده به افراد تمام سنین
یا مردم است که آنها می شناسند، کسانی که غرق
شده، افسرده یا در جستجوی پاسخ ها هستند.

تماس تلفونی شما با یک شخصی مسلکی
دلسوز وصل خواهد شد که همیشه آماده است
تا امید و تشویق فراهم سازد.

ما میتوانیم در موارد زیر کمک رسانی کنیم:

- شما باید با یک شخصی مسلکی صحبت کنید کسیکه اهمیت میدهد
- شما احساس نمی کنید که میتوانید با زندگی کنار بیایید
- شما به دنبال منابع جامعه هستید
- شما نگران هستید که شخصی را که میشناسید ممکن به خود صدمه برساند
- شما احساس میکنید که ممکن در خطر آزار دادن به خود یا دیگران قرار داشته باشید



optumsandiego.com

پلان سلامتی

درباره ما



"اگر من به کمک نیاز داشته باشم، چه
میتوانم انجام دهم؟"
دست دراز کنید!

خط دسترسی و بحران: **888-724-7240**

خانواده/دوست: _____

درمانگر: _____

داکتر: _____

روحانی: _____

حمایت دیگر: _____

San Diego خط دسترسی و بحران (ACL) توسط
Optum اداره میشود و از 1997 به باشندگان
San Diego County رایگان، محرمانه، حمایت مختصر و
منابع جامعه را ارائه کرده است

کارمندان ما متخصصین صحت روانی آموزش
دیده اند که حمایت دلسوزانه و دانشمندانه را به
آنهائیکه ما خدمت میکنیم فراهم میسازد.

درباره خدمات ما

- حمایت رایگان و محرمانه برای تمام سنین
- مداخله بحران
- جلوگیری از خودکشی، مداخله، و پس از مداخله
- ارجاعات برای نیازهای صحت روانی، الکل و/یا مواد مخدر
- ارجاع به سایر منابع مرتبط
- بررسی پاسخ به بحران بشکل سیار

ما به کی کمک می کنیم

- افراد در تمام سنین که با صحت روانی یا نگرانی
های مرتبط به استفاده مواد دست و پنجه
نرم می کنند
- اعضای خانواده یا دوستان که نگران
کسی هستند
- افرادی که در فکر آزار دادن به خود یا
دیگران هستند
- اشخاص مسلکی که در جستجوی منابع برای
مشتریان خود هستند

888-724-7240
TDD/TTY دایل کنید 711



888-724-7240

**حمایت رایگان و محرمانه به
تمام زبان**

- 24 ساعت در روز
- 7 روز در هفته