



저희가 도와드리겠습니다

San Diego 상담 연결 및 위기 지원 전화 (Access and Crisis Line, ACL)는 감당하기 어려운 상황에 처했거나, 우울감을 느끼거나, 해답을 찾고 있는 모든 연령대의 사람들 또는 그 주변 분들에게 도움의 손길을 제공합니다.

전화하시면 언제든 희망과 격려를 전할 준비가 되어 있는 따뜻하고 세심한 전문가와 연결됩니다.

다음과 같은 경우 도움을 드릴 수 있습니다.

- 이야기에 귀 기울여 줄 전문가와 상담이 필요한 경우
- 삶을 감당하기 어렵다고 느끼는 경우
- 커뮤니티 리소스를 찾고 있는 경우
- 주변 사람이 스스로를 해칠까 봐 걱정되는 경우
- 자기 자신이나 다른 사람을 해칠 위험이 있다고 느끼는 경우



optumsandiego.com



Optum

San Diego 상담 연결 및 위기 지원 전화

주 7일, 하루 24시간 무료 지원
모든 언어로 이용 가능

888-724-7240

TDD/TTY 전화 711

optumsandiego.com



귀하 또는 주변 사람이 위기에 처해 있다면, 전국에서 도움을 받을 수 있습니다. **988**번으로 전화 또는 문자 메시지를 보내거나 **988lifeline.org**에서 채팅으로 상담하십시오.

Optum



서비스 운영 재원은
San Diego 카운티 행동 건강 서비스에서 제공됩니다

Optum은 미국 및 기타 관할 지역에서 Optum, Inc.의 등록 상표입니다. 그 밖의 모든 상표는 해당 소유자에게 귀속됩니다. Optum은 제품과 서비스를 지속적으로 개선하고 있으므로, 사전 통지 없이 사양을 변경할 권리를 보유합니다. Optum은 균등한 고용 기회를 제공하는 고용주입니다.

© 2026 Optum, Inc. 모든 권리는 귀속됩니다. WF23210776 08/26

San Diego 상담 연결 및 위기 지원 전화

주 7일, 하루 24시간 무료 지원



저희가 도와드리겠습니다

888-724-7240

TDD/TTY 전화 711



888-724-7240

**모든 언어로 무료로 제공,
비밀 보장**

- 하루 24시간
- 주 7일

저희 소개

San Diego 상담 연결 및 위기 지원 전화 (Access and Crisis Line)는 Optum에서 운영하며 1997년부터 San Diego 카운티 주민에게 비밀이 보장되는 단기 지원과 커뮤니티 리소스를 무료로 제공해 왔습니다

저희 직원은 전문 교육을 받은 정신 건강 전문가로, 서비스 이용자분들에게 따뜻한 마음과 전문 지식을 바탕으로 도움을 드립니다.

저희 서비스 소개

- 모든 연령대를 위한 무료 비밀 보장 지원
- 위기 상황 개입
- 자살 예방, 위기 개입 및 사후 지원
- 정신 건강, 알코올 및/또는 약물 문제 관련 지원 연계
- 기타 관련 리소스 연계
- 모바일 위기 대응 선별

저희가 지원할 수 있는 대상

- 정신건강 문제 또는 알코올·약물 사용과 관련하여 어려움을 겪는 모든 연령대의 분들
- 주변 사람을 걱정하는 가족이나 친구
- 자신이나 다른 사람을 해칠 생각이 있는 분들
- 담당 고객을 위한 리소스를 찾는 전문가

웰니스 플랜

“나에게 도움이 필요한 경우, 나는 무엇을 할 수 있습니까?”
연락하십시오!

상담 연결 및 위기 지원 전화: **888-724-7240**

가족/친구: _____

치료사: _____

의사: _____

성직자: _____

기타 지원: _____

888-724-7240
TDD/TTY 전화 711