

خط San Diego دسترسی و بحران

888-724-7240
711 TDD/TTY دایل کنید

ما برای شما اینجا هستیم

خط دسترسی و بحران (San Diego Access and Crisis Line, ACL) دستی طولانی را برای افراد یا مردم است که آنها را می شناسند، که ناامید، افسرده یا به دنبال جواب هستند.

یک تماس تلفونی شما را با یک مشاور دلسوز وصل خواهد کرد شخصی که همیشه برای فراهم ساختن امید و تشویق آماده است.

ما میتوانیم در موارد زیر کمک کنیم:

- شما باید با یک شخصی مسلکی صحبت کنید شخصی که 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 خطرآزار دادن به خود یا دیگران قرار داشته باشید



حمایت رایگان و محرم به تمام زبان

- 24 ساعت در روز
- 7 روز در هفته



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



بودجه برای خدمات توسط The County of San Diego
خدمات صحت رفتاری فراهم میگردد

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. بخاطر اینکه ما بشکل دوامدار محصولات و خدمات خود را بهبود میبخشیم، Optum حق تغییر مشخصات را بدون اطلاع قبلی برای خود محفوظ میدارد. Optum یک کارفرمای فرصت های برابر است.

© 2026 Optum, Inc. تمام حقوق محفوظ است. WF23215893 08/26