



Estamos aquí para usted

La Línea Telefónica de Acceso y Crisis de San Diego (San Diego Access and Crisis Line, ACL) es una mano extendida para personas de todas las edades o personas de quienes sepan que están abrumadas, deprimidas o en busca de respuestas.

Una llamada telefónica le comunicará con un profesional compasivo que siempre está a su lado para darle ánimo y esperanza.

Podemos ayudarle cuando:

- Necesite hablar con un profesional que esté dispuesto a apoyarle
- Sienta que no puede lidiar con la vida
- Esté buscando recursos comunitarios
- Esté preocupado por alguien que podría hacerse daño
- Sienta que podría estar en peligro de lastimarse o lastimar a otros



optumsandiego.com



Línea Telefónica de Acceso y Crisis de San Diego

Atención gratuita los 7 días de la semana, las 24 horas del día
Disponible en todos los idiomas

888-724-7240
TDD/TTY 711

optumsandiego.com



Si usted o alguien que conozca está en crisis, hay ayuda disponible en todo el país. Llame o envíe un mensaje de texto al **988**, o chat en **988lifeline.org**.



Estos servicios son financiados por la Agencia de Servicios de Salud y Servicios Humanos del Condado de San Diego

317028-022024
ACL TRIFOLD - ESPAÑOL © 2024 Optum



Línea Telefónica de Acceso y Crisis de San Diego

Atención gratuita los 7 días de la semana, las 24 horas del día



Estamos aquí para usted

888-724-7240
TDD/TTY 711



Quiénes somos

La Línea Telefónica de Acceso y Crisis de San Diego (ACL) es operada por Optum y les ha ofrecido a los habitantes del Condado de San Diego apoyo gratuito, confidencial, conciso y recursos para la comunidad desde 1997.

Nuestro personal está conformado por profesionales de salud mental que brindan apoyo compasivo y especializado a aquellos que atendemos.

Acerca de nuestros servicios

- Apoyo gratuito y confidencial para todas las edades
- Intervención en crisis
- Prevención del suicidio, intervención y posvención en casos de suicidio
- Referencias para atender necesidades de salud mental, consumo de alcohol o drogas
- Referencias a otros recursos relacionados
- Evaluaciones realizadas por el Equipo Móvil de Respuesta a Crisis

A quiénes podemos ayudar

- Personas de todas las edades que tienen problemas de salud mental o relacionados con el consumo de sustancias
- Familiares o amigos que están preocupados por alguien
- Personas que están pensando hacerse daño o hacerles daño a otros
- Profesionales que buscan recursos para sus clientes

Plan de bienestar

“Si necesito ayuda, ¿qué puedo hacer?”

¡Busque ayuda!

Línea Telefónica de Acceso y Crisis:
888-724-7240

Familiar/amigo: _____

Terapeuta: _____

Médico: _____

Clero: _____

Apoyo de otro tipo: _____

Llame al 911 en caso de emergencias potencialmente mortales.

Línea Telefónica de Acceso y Crisis de San Diego

Atención gratuita los 7 días de la semana, las 24 horas del día

Estamos aquí para usted

888-724-7240

TDD/TTY 711



888-724-7240

Apoyo gratuito y confidencial en todos los idiomas

- Las 24 horas del día
- Los 7 días de la semana



Los Servicios de Chat por Internet están disponibles

- De lunes a viernes
- de 4 p.m. a 10 p.m.

