

## خط الوصول والأزمات الهاتفي بسان دييجو



### خط الوصول والأزمات الهاتفي بسان دييجو

مساعدة مجانية على مدار الساعة

**مهمتنا مؤازرتك!**

٨٨٨-٧٢٤-٧٢٤٠

TTY ٦١٩-٦٤١-٦٩٩٢

مساعدة مجانية لمدة على مدار الساعة

**مهمتنا مؤازرتك!**

٨٨٨-٧٢٤-٧٢٤٠

TTY ٦١٩-٦٤١-٦٩٩٢

يقدم خط الوصول والأزمات الهاتفي بسان دييجو (ACL) العون للأفراد - أو معارفهم - ممن يمرون بأوقات صعبة أو بحالة اكتئاب أو لديهم بعض الاستفسارات.

ستمكنك المكالمات الهاتفية من التواصل مع مستشارين ودودين يسعون دائما لنشر روح الأمل والتشجيع

يمكننا تقديم المساعدة في الحالات التالية:

- إذا كنت في حاجة إلى التحدث إلى متخصص يهتم بالحالة
- إذا كنت تشعر بعدم القدرة على التكيف مع ظروفك الحياتية
- إذا كنت تبحث عن موارد اجتماعية
- إذا كنت تخشى على شخص من معارفك قد يلحق الأذى بنفسه
- تشعر بأنك في وضع خطير قد تلحق فيه الأذى بنفسك أو الآخرين

### خط الوصول والأزمات الهاتفي بسان دييجو

مساعدة مجانية على مدار الساعة

**مهمتنا مؤازرتك!**

٨٨٨-٧٢٤-٧٢٤٠

TTY ٦١٩-٦٤١-٦٩٩٢

**"إذا كنت أحتاج إلي مساعدة, فماذا يمكن أن أفعل؟"**

**تواصل معنا!**

خط الوصول والأزمات الهاتفي: ٨٨٨-٧٢٤-٧٢٤٠

TTY ٦١٩-٦٤١-٦٩٩٢

الصديق:

المعالج:

الطبيب:

رجل الدين:

جهات الدعم الأخرى:

يرجى الاتصال برقم الطوارئ (٩١١) إذا كانت الحالة الطارئة تهدد الحياة

**خط الوصول**

**والأزمات الهاتفي بسان ديجو**

مساعدة مجانية لمدة على مدار الساعة

**مهمتنا مؤازرتك!**

٨٨٨-٧٢٤-٧٢٤٠

TTY ٦١٩-٦٤١-٦٩٩٢

يتم تشغيل خط الوصول والأزمات الهاتفي بسان ديجو (ACL) من قبل OptumHealth، حيث يتم توفير الاستشارات والموارد المجتمعية لسكان مقاطعة سان ديجو مجاناً وبسرية منذ ١٩٩٧.

العاملون لدينا حاصلون على درجة الماجستير و/أو أخصائيو في الصحة العقلية مرخص لهم مما يمكنهم من تقديم دعم ودي، عن دراية، للمتصلين.

### حول خدماتنا

- دعم مجاني، يتمتع بالسرية بجميع اللغات
- التدخل في الأزمات
- الوقاية من الانتحار
- توفير الإحالة لتلبية الاحتياجات العلاجية للمرضى العقليين و/أو مدمني الكحوليات والمخدرات
- الإحالة إلى الموارد الأخرى ذات صلة

### من يستطيع الاتصال

- أي شخص يعاني من الاكتئاب، أو القلق، أو فقدان، أو نوبات الغضب
- أفراد الأسرة أو الأصدقاء الذين يشعرون بالقلق على أحد الأشخاص المقربين
- الأشخاص الذين يظنون أنهم قد يلحقون الأذى بأنفسهم أو الآخرين
- المتخصصون الذين يبحثون عن موارد لعملائهم

