








HOW TO ACCESS District and Community Mental Health Services

SAN DIEGO / LMEC COMMUNITY

988 Suicide Prevention and Crisis Hotline	Dial 9-8-8 (7 days a week, 24 hours a day)	
211sandiego.org Community, Health and Disaster Resources	Dial 2-1-1 (7 days a week, 24 hours a day)	
Behavioral Health Services for Youth in San Diego County https://tinyurl.com/2nr868p5	Crisis line: (888) 724-7240 (7 days a week, 24 hours a day)	
SDCOE Suicide Prevention Guide for High Priority Youth Groups https://tinyurl.com/2nav5clg		
SDUSD Mental Health Resource Center https://tinyurl.com/2gxvm7xq		
San Diego / LMEC Community Resources https://tinyurl.com/2r3oubat		



SIDA LOO HELO

Adeegyada Caafimaadka

Maskaxda Ee Degmada Dugsiga

Iyo Bulshada






BULSHADA SAN DIEGO / LMEC

988 Khadka Dhibaataada Iyo Ka Hortaga Is-dilka	Wac 9-8-8 (7 maalmood todobaadkii, 24 saacadood maalintii)	
211sandiego.org Khayraadka Bulshada, Caafimaadka Iyo Masiibada	Wac 2-1-1 (7 maalmood todobaadkii, 24 saacadood maalintii)	
Adeegyada Caafimaadka Dhaqanka Oo Loogu Talagalay Dhalinyarada Joogo Deegaanka San Diyeego https://tinyurl.com/2nr868p5	Khadka dhibaataada: (888) 724-7240 (7 maalmood todobaadkii, 24 saacadood maalintii)	
Hagaha Ka Hortaga Is-dilka Ee SDCOE Ee Loogu Talagalay Kooxaha Dhalinyarada Ee Mudnaanta Sare Leh https://tinyurl.com/2nav5clg		
Xarunta Khayraadka Caafimaadka Maskaxda Ee SDUSD https://tinyurl.com/2gxvm7xq		
Khayraadka Bulshada San Diego / LMEC https://tinyurl.com/2r3oubat		



CÓMO ACCEDER A Servicios distritales y comunitarios de salud mental






COMUNIDAD DE SAN DIEGO / LMEC

Línea de crisis y prevención del suicidio	Marquen 9-8-8 (7 días de la semana, 24 horas al día)	
211sandiego.org Recursos comunitarios, de salud y para desastres	Marquen 2-1-1 (7 días de la semana, 24 horas al día)	
Servicios de salud mental para jóvenes del Condado de San Diego https://tinyurl.com/2nr868p5	Línea de crisis: (888) 724-7240 (7 días de la semana, 24 horas al día)	
Guía de SDCOE de prevención del suicidio para grupos de jóvenes de alta prioridad https://tinyurl.com/2nav5clg		
Salud mental de SDUSD Centro de recursos https://tinyurl.com/2gxvm7xq		
Recursos comunitarios de San Diego / LMEC https://tinyurl.com/2r3oubat		



PAANO I-ACCESS ANG Mga Serbisyo ng Distrito at Komunidad sa Kalusugang Pangkaisipan

KOMUNIDAD NG SAN DIEGO / LMEC

988 Hotline para sa Pag-iwas sa Pagpapakamatay at Krisis	I-dial ang 9-8-8 (7 araw sa isang linggo, 24 na oras sa isang araw)	
211sandiego.org Mga Mapagkukunan tungkol sa Komunidad, Kalusugan at Sakuna	I-dial ang 2-1-1 (7 araw sa isang linggo, 24 na oras sa isang araw)	
Mga Serbisyo sa Kalusugan ng Pag-uugali para sa Kabataan sa County ng San Diego https://tinyurl.com/2nr868p5	Linya ng telepono para sa Krisis: (888) 724-7240 (7 araw sa isang linggo, 24 na oras sa isang araw)	
Gabay sa Pag-iwas sa Pagpapakamatay ng SDCOE para sa Mga Grupo ng Kabataan na May Mataas na Prayoridad https://tinyurl.com/2nav5clg		
Sentro ng Mapagkukunan tungkol sa Kalusugang Pangkaisipan ng SDUSD https://tinyurl.com/2gxvm7xq		
Mga Mapagkukunan ng Komunidad ng San Diego / LMEC https://tinyurl.com/2r3oubat		

LÀM SAO TRUY CẬP

Các Dịch vụ về Sức khỏe Tâm thần của Học khu và Cộng đồng

CỘNG ĐỒNG SAN DIEGO / LMEC

<p>Phòng chống Tự tử và Đường dây nóng Khủng hoảng 988</p>	<p>Quay số 9-8-8 (7 ngày một tuần, 24 giờ một ngày)</p>	
<p>211sandiego.org Các nguồn hỗ trợ về Cộng đồng, Sức khỏe và Thiên tai</p>	<p>Quay số 2-1-1 (7 ngày một tuần, 24 giờ một ngày)</p>	
<p>Dịch vụ Sức khỏe Hành vi cho Thanh thiếu niên trong Quận San Diego https://tinyurl.com/2nr868p5</p>	<p>Đường dây nóng: (888) 724-7240 (7 ngày một tuần, 24 giờ một ngày)</p>	
<p>Hướng dẫn Ngăn ngừa Tự tử của SDCOE với ưu tiên cao cho các nhóm thanh niên https://tinyurl.com/2nav5clg</p>		
<p>Trung tâm Hỗ trợ về Sức khỏe Tâm thần của Học khu Thống nhất San Diego https://tinyurl.com/2gxvm7xq</p>		
<p>Các nguồn Hỗ trợ Cộng đồng của San Diego / LMEC https://tinyurl.com/2r3oubat</p>		