

# Access at Crisis Line ng San Diego

*Nandito kami para sa iyo!*



Ang Access at Crisis Line ng San Diego (ACL) ay tumutulong sa mga indibidwal o mga taong kilala nila na nahihirapan, nalulungkot o naghahanap ng mga sagot.

Ikokonekta ka ng isang tawag sa telepono sa isang maunawaing tagapayo na laging nakaantabay upang magbigay ng pag-asa at lakas ng loob.

## **Matutulungan ka namin kapag:**

- Kailangan mong makipag-usap sa isang propesyunal na nagmamalasakit
- Pakiramdam mo ay hindi mo kayang makaraos sa buhay
- Naghahanap ka ng mga mapagkukunan sa komunidad
- Nag-aalala ka na maaaring saktan ng isang taong kakilala mo ang kanyang sarili
- Pakiramdam mo ay maaaring nasa panganib kang saktan ang iyong sarili o ang iba

## **Access at Crisis Line ng San Diego**

Libre at kumpidensyal na suporta sa lahat ng wika  
7 araw sa isang linggo /  
24 na oras sa isang araw

*Nandito kami para sa iyo!*

**888-724-7240**  
711 TTY