

# Đường dây Tiếp cận và Trợ giúp lúc Khủng hoảng tại San Diego

*Chúng tôi có mặt sẵn sàng giúp đỡ bạn!*



San Diego Access and Crisis Line, hay ACL (Đường dây Tiếp cận và Trợ giúp lúc Khủng hoảng tại San Diego) là bàn tay nâng đỡ những cá nhân, hoặc người thân quen của họ, khi họ đang nản lòng, bị trầm uất hoặc trong cơn bối rối.

Chỉ cần một cú điện thoại là bạn sẽ được tiếp xúc với những cố vấn viên tận tâm sẵn sàng khuyên nhủ, khuyến khích và mang lại cho bạn niềm hy vọng.

## **Chúng tôi có thể giúp bạn khi:**

- Bạn cần nói chuyện với chuyên viên cố vấn tận tâm
- Bạn cảm thấy mình không đối phó nổi với cuộc đời
- Bạn cần tìm nguồn hỗ trợ cộng đồng
- Bạn lo ngại một người quen của mình sẽ làm hại chính họ
- Bạn cảm thấy mình sắp làm hại chính mình hoặc làm hại người khác

## **San Diego Access and Crisis Line (Đường dây Tiếp cận và Trợ giúp lúc Khủng hoảng tại San Diego)**

Hỗ trợ kín đáo, miễn phí qua mọi ngôn ngữ  
24/24, 7 ngày trong tuần

*Chúng tôi có mặt sẵn sàng giúp đỡ bạn!*

**888-724-7240**  
711 TTY