

(650) 579-0350

Matanggap ang suporta sa **kalusugan ng pag-iisip** na kailangan mo. Tumawag sa Linya para sa Krisis ng County ng San Mateo



I-scan para idagdag ang Linya para sa Krisis ng County ng San Mateo sa iyong mga contact para makatanggap ka ng tulong kung kinakailangan.

Narito kami para suportahan ang kalusugan ng iyong pag-iisip

Tumawag anumang oras 24/7 para sa tulong kapag may krisis sa kalusugan ng pag-iisip, isyu sa paggamit ng substance, o pag-iisip na magpakamatay. May mga nagsanay na tagapayo para sa krisis sa kalusugan ng pag-iisip na makakatulong sa iyo o sa isang taong mahalaga sa iyo. O kaya, puwede kang personal na puntahan ng Mobile Team para sa Pagtugon sa Krisis ng County ng San Mateo.

Kung mayroon kang alinlangan, huwag mag-atubiling makipag-ugnayan. Narito kami para tumulong.

Puwede ka ring tumawag o mag-text sa **988** para sa Pambansang Lifeline para sa Pagpapakamatay at Krisis.

SMCHHealth.org



SAN MATEO
COUNTY HEALTH