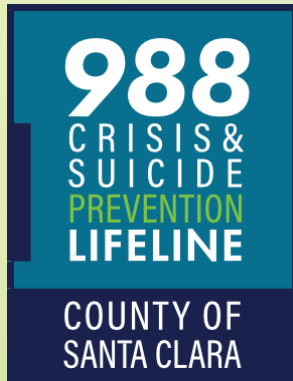




TÔI NÊN GỌI CHO AI?



HỖ TRỢ NGƯỜI GẶP KHỦNG HOẢNG
VÀ NGĂN NGỪA TỰ TỬ BẢO MẬT 24/7

Lý do quay số 988 bao gồm nhưng không giới hạn ở:

- Có suy nghĩ tự tử
- Trải qua đau khổ liên quan đến sức khỏe tâm thần
- Lo lắng cho sức khỏe tâm thần của người thân yêu
- Hỗ trợ tinh thần

Nếu quý vị hoặc người quý vị biết cần hỗ trợ, hãy gọi hoặc nhắn tin đến số 988 hoặc trò chuyện với 988 tại 988lifeline.org/chat. Để điều trị việc sử dụng chất gây nghiện, hãy gọi số 800-704-0900.



24/7 TIẾP CẬN VỚI
CÔNG CỤ VÀ NGUỒN LỰC GIÚP XÁC
ĐỊNH VỊ TRÍ CỦA NGƯỜI GỌI

Lý do quay số 911 bao gồm nhưng không giới hạn ở:

- nguy hiểm sắp xảy ra
- hành vi phạm tội đang xảy ra/đã xảy ra
- hoạt động đáng ngờ
- tin rằng ai đó đang gặp nguy hiểm
- tình huống khẩn cấp cần cảnh sát/y tế/cứu hỏa

Có thể nhắn tin tới số 911.
Gọi nếu có thể, nhắn tin nếu không thể gọi.



KHI NÀO NÊN GỌI



TRUST

800-704-0900

Nhấn số 1

Dịch vụ này cung cấp hỗ trợ di động dựa vào cộng đồng 24/7 và kết nối dành cho người trên 18 tuổi đang gặp khó khăn mà không có mối lo ngại nào về an toàn chủ động.

MRSS

(408) 379-9085

Có sẵn dành cho trẻ em và thanh thiếu niên từ 4-20 tuổi. Dịch vụ này cung cấp hỗ trợ dành cho thanh thiếu niên đang gặp khủng hoảng tâm lý/cảm xúc nghiêm trọng.

MCRT

988

Dịch vụ này cung cấp hỗ trợ khủng hoảng di động 24/7 dành cho người trên 18 tuổi đang gặp phải khủng hoảng từ trung hình đến nghiêm trọng cần đánh giá sức khỏe tâm thần.

Những lý do để tự gọi hoặc gọi cho người khác:

- mất phương hướng
- gặp khó khăn với sức khỏe tâm thần của họ
- xuất hiện những ý nghĩ tự tử
- đối mặt với nỗi đau buồn tột cùng
- đau khổ về mặt tinh thần
- Bị ảnh hưởng bởi chất kích thích

Những lý do để tự gọi cho mình hoặc gọi cho người khác:

- đánh giá rủi ro
- lên kế hoạch cho khủng hoảng/an toàn
- giới thiệu, liên kết và theo dõi trong vòng 72 giờ sau khi liên hệ
- nhập viện để đánh giá thêm
- chỉ phản hồi cơ quan thực thi pháp luật khi cần thiết

