








HOW TO ACCESS District and Community Mental Health Services

POINT LOMA 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		
Point Loma Community Resources https://tinyurl.com/2m7kdqpl		

SIDA LOO HELO

Adeegyada Caafimaadka

Maskaxda Ee Degmada Dugsiga Iyo Bulshada






BULSHADA POINT LOMA

<p>988 Khadka Dhibaataada Iyo Ka Hortaga Is-dilka</p>	<p>Wac 9-8-8 (7 maalmood todobaadkii, 24 saacadood maalintii)</p>	
<p>211sandiego.org Khayraadka Bulshada, Caafimaadka Iyo Masiibada</p>	<p>Wac 2-1-1 (7 maalmood todobaadkii, 24 saacadood maalintii)</p>	
<p>Adeegyada Caafimaadka Dhaqanka Oo Loogu Talagalay Dhalinyarada Joogo Deegaanka San Diyeego https://tinyurl.com/2nr868p5</p>	<p>Khadka dhibaataada: (888) 724-7240 (7 maalmood todobaadkii, 24 saacadood maalintii)</p>	
<p>Hagaha Ka Hortaga Is-dilka Ee SDCOE Ee Loogu Talagalay Kooxaha Dhalinyarada Ee Mudnaanta Sare Leh https://tinyurl.com/2nav5clg</p>		
<p>Xarunta Khayraadka Caafimaadka Maskaxda Ee SDUSD https://tinyurl.com/2gxvm7xq</p>		
<p>Khayraadka Bulshada Point Loma https://tinyurl.com/2m7kdqpl</p>		



CÓMO ACCEDER A Servicios distritales y comunitarios de salud mental






COMUNIDAD DE POINT LOMA

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 Point Loma https://tinyurl.com/2m7kdqpl		



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

KOMUNIDAD NG POINT LOMA

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 Point Loma https://tinyurl.com/2m7kdqpl		



LÀM SAO TRUY CẬP

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

CỘNG ĐỒNG POINT LOMA

Phòng chống Tự tử và Đường dây nóng Khủng hoảng 988	Quay số 9-8-8 (7 ngày một tuần, 24 giờ một ngày)	
211sandiego.org Các nguồn hỗ trợ về Cộng đồng, Sức khỏe và Thiên tai	Quay số 2-1-1 (7 ngày một tuần, 24 giờ một ngày)	
Dịch vụ Sức khỏe Hành vi cho Thanh thiếu niên trong Quận San Diego https://tinyurl.com/2nr868p5	Đường dây nóng: (888) 724-7240 (7 ngày một tuần, 24 giờ một ngày)	
Hướng dẫn Ngăn ngừa Tự tử của SDCOE với ưu tiên cao cho các nhóm thanh niên https://tinyurl.com/2nav5clg		
Trung tâm Hỗ trợ về Sức khỏe Tâm thần của Học khu Thống nhất San Diego https://tinyurl.com/2gxvm7xq		
Các nguồn Hỗ trợ Cộng đồng của Point Loma https://tinyurl.com/2m7kdqpl		