

SIMPLEMENTE HABLE AL RESPECTO.

LLAME O ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO AL 988

Es una llamada totalmente confidencial.
Nadie sabrá que habrá llamado además de usted.

Llame o envíe un mensaje de texto en cualquier momento. Abierto durante las 24 horas del día.

También puede chatear en línea en 988lifeline.org

No tenga miedo de pedir ayuda.

Hablar sobre los pensamientos suicidas ayudan a reducir el dolor.

Si usted o un amigo tiene pensamientos suicidas, solo hable sobre esto... con un amigo, con un maestro, con un entrenador, con un líder, con nosotros... ¡pero HABLE!

988
LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS

¡SIMPLEMENTE
HABLE
AL RESPECTO!

ALABAMA
PUBLIC
HEALTH