

# IN CASE OF EMERGENCY:

If you or someone you know is in immediate danger of hurting themselves or others, contact **911**



**HELP!**

**1-800-273-TALK (8255) National SUICIDE PREVENTION LIFELINE.** We can help prevent suicide. The Lifeline provides 24/7, free and confidential support for people in distress, prevention and crisis resources for you or your loved ones, and best practices for professionals. <https://suicidepreventionlifeline.org/>

In a crisis? **Text HOME to 741741** to connect with a Crisis Counselor from anywhere in the United States, anytime 24/7, about any type of crisis. A live, trained Crisis Counselor receives the text and responds, all from our secure online platform. The volunteer Crisis Counselor will help you move from a hot moment to a cool moment. <https://www.crisistextline.org/>

**(209) 468-3685** – San Joaquin County Youth Warm Line- Available to call daily (excluding holidays) from 11:30am to 8pm. Free and available to all youth, regardless of insurance

**1-866-488-7386** – The Trevor Project, 24-hour crisis line for LGBTQ youth. TrevorText is a confidential and secure resource that provides live help for LGBTQ youth with a trained specialist, over text messages. **Text START to 678678** [www.thetrevorproject.org](http://www.thetrevorproject.org)

[Childhelp.org](http://Childhelp.org) **1-800-4-ACHILD (224453)** Provides 24/7 assistance in 170 languages to adults, children and youth with information and questions regarding child abuse. All calls are anonymous and confidential.

**National Domestic Violence Hotline 1-800-799-SAFE (7233)** National call center refers to local resources; Spanish plus 160 other languages available; no caller ID used. <https://www.thehotline.org/help/>

To support students, schools, and communities during this challenging time, the California Department of Education has gathered information regarding mental health resources, including links for students to get direct access to mental health professionals. The new “Help for Students in Crisis” web page includes crisis and warm line numbers, along with other COVID-19-related resources for providing virtual mental health services, and information for mental health providers, families, and youth: <https://www.cde.ca.gov/ls/cg/mh/>



A large red circle with a white border containing the word "AYUDA!" in white, bold, uppercase letters.

## CONSEJOS:

Si usted o alguien que conoce está en peligro inmediato de lastimarse a sí mismo o a otros, comuníquese con el 911.

**1-800-273-TALK (8255) LÍNEA DE VIDA PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO.** The Lifeline ofrece 24 horas al día, 7 días a la semana, gratis y apoyo confidencial para personas en peligro, recursos de prevención y crisis para usted o sus seres queridos, y mejores prácticas para profesionales.

<https://suicidepreventionlifeline.org/>

¿En crisis? Envíe un mensaje de **Texto con HOME al 741741** para comunicarse con un consejero de crisis desde cualquier lugar de los Estados Unidos, en cualquier momento las 24 horas del día, los 7 días de la semana, sobre cualquier tipo de crisis. Un consejero de crisis capacitado y en vivo recibe el mensaje de texto y responde, todo desde nuestra plataforma segura en línea. El consejero voluntario de crisis lo ayudará a pasar de un momento difícil a uno mejor.

<https://www.crisistextline.org/>

**(209)468-3685 - Línea Telefónica Para Jóvenes Del Condado De San Joaquín:** disponible para llamar todos los días (excepto festivos) de 11:30 a.m. A 8p.m. Gratis y disponible para todos los jóvenes, independientemente del seguro.

**1-866-488-7386 - The Trevor Project,** línea de crisis las 24 horas para jóvenes LGBTQ. TrevorText es un recurso confidencial y seguro que brinda ayuda en vivo para jóvenes LGBTQ con un especialista capacitado, a través de mensajes de texto. Envíe el mensaje de **texto START al 678678**

[www.thetrevorproject.org](http://www.thetrevorproject.org)

**ChildHelp.org 1-800-4-ACHILD (224453)** Brinda asistencia las 24 horas, los 7 días de la semana en 170 idiomas a adultos, niños y jóvenes con información y preguntas sobre el abuso infantil. Todas las llamadas son anónimas y confidenciales.

**Línea directa nacional contra la violencia doméstica 1-800-799-SAFE (7233)** El centro de llamadas nacional se refiere a los recursos locales; Español y otros 160 idiomas disponibles; no se utilizó el identificador de llamadas.

<https://www.thehotline.org/help/>

Para apoyar a los estudiantes, las escuelas y las comunidades durante este tiempo desafiante, el Departamento de Educación de California ha recopilado información sobre los recursos de salud mental, incluidos los enlaces para que los estudiantes tengan acceso directo a los profesionales de la salud mental. La nueva página web "Ayuda para estudiantes en crisis" incluye números de línea cálida y de crisis, junto con otros recursos relacionados con COVID-19 para brindar servicios virtuales de salud mental e información para proveedores de salud mental, familias y jóvenes:

<https://www.cde.ca.gov/ls/cg/mh/studentcrisishelp.asp>



## IN CASE OF EMERGENCY:

If you or someone you know is in immediate danger of hurting themselves or others, contact **911**



**HELP!**

- National SUICIDE PREVENTION LIFELINE  
[1-800-273-TALK \(8255\)](tel:1-800-273-TALK)  
<https://suicidepreventionlifeline.org/>
- Crisis Text Line  
Text HOME to [741741](tel:741741)  
<https://www.crisistextline.org/>
- San Joaquin County Crisis Line  
[\(209\)468-8686](tel:(209)468-8686)
- San Joaquin County Youth Warm Line  
[\(209\) 468-3685](tel:(209)468-3685)
- Trevor Project  
[1-866-488-7386](tel:1-866-488-7386)  
Text START to [678678](tel:678678)  
[www.thetrevorproject.org](http://www.thetrevorproject.org)
- SUSD School Counselors  
[www.stocktonusd.net/counselors](http://www.stocktonusd.net/counselors)
- SUSD Mental Health & Behavior Support Services  
[www.stocktonusd.net/mhbss](http://www.stocktonusd.net/mhbss)
- Child Abuse Hotline  
[1-800-4-ACHILD \(224453\)](tel:1-800-4-ACHILD)  
[ChildHelp.org](http://ChildHelp.org)
- National Domestic Violence Hotline  
[1-800-799-SAFE \(7233\)](tel:1-800-799-SAFE)  
Text LOVE IS to [22522](tel:22522)  
<https://www.thehotline.org/help/>



**AYUDA!**

## CONSEJOS:

Si usted o alguien que conoce está en peligro inmediato de lastimarse a sí mismo o a otros, comuníquese con el 911.

- **LÍNEA DE VIDA PARA LA PREVENCIÓN DEL SUICIDIO**  
**1-800-273-TALK (8255)**  
<https://suicidepreventionlifeline.org/>
- **Línea De Texto De Crisis**  
**Texto con HOME al 741741**  
<https://www.crisistextline.org/>
- **Linea Directa De Crisis San Joaquin**  
**(209)468-8686**
- **Línea Telefónica Para Jóvenes Del Condado de San Joaquín**  
**(209) 468-3685**
- **Trevor Project**  
**1-866-488-7386**  
**Texto con START al 678678**  
[www.thetrevorproject.org](http://www.thetrevorproject.org)
- **SUSD Consejeros Escolares**  
[www.stocktonusd.net/counselors](http://www.stocktonusd.net/counselors)
- **SUSD Servicios De Apoyo De Conducta Y Salud Mental**  
[www.stocktonusd.net/mhbss](http://www.stocktonusd.net/mhbss)
- **Línea Directa De Abuso Infantil**  
**1-800-4-ACHILD (224453)**  
[ChildHelp.org](http://ChildHelp.org)
- **Línea Directa Nacional Contra La Violencia Doméstica**  
**1-800-799-SAFE (7233)**  
**Texto con LOVE IS al 22522**  
<https://www.thehotline.org/help/>