CÆc nguÿn tà nguyŒn swc khÿe tâm thÿn

Quý vị có hoặc quý vị biết ai đó cảm thấy muốn tự tử? Quý vị có lo lắng về sức khỏe tâm thần của mình hoặc của người khác? Chúng tôi quan tâm đến quý vị. Xin vui lòng liên lạc với bạn bè, thành viên gia đình hoặc một trong những đường dây trợ giúp sau (mỗi đường dây cho biết nếu có thông dịch viên):

- Call to Safety (Gọi tới An toàn): Nếu quý vị là người lớn và lo lắng về sự an toàn của mình ở nhà, gọi 888-235-5333. Có sẵn dịch vụ thông dịch.
- Proyecto Unica Phiên bản tiếng Tây Ban Nha của Call to Safety, 503-232-4448
- DHS Holtline (Bộ Dịch vụ Nhân sinh Oregon) Nếu quý vị lo lắng về sự an toàn của trẻ em, gọi 855-503-7233. Có sẵn dịch vụ thông dịch.
- Multnomah County Crisis Services (Dịch vụ Khủng hoảng Hạt Multnomah) Trung tâm điện thoại