

MISSION CITY COMMUNITY NETWORK, INC.

**DO YOU NEED TO TALK TO SOMEONE ABOUT WHAT'S TROUBLING YOU?
CALL 818-895-3100 TO SPEAK WITH OUR THERAPIST.**

ARE YOU HAVING SUICIDAL THOUGHTS? CALL NOW!



988 Suicide & Crisis Lifeline

We can all help prevent suicide. The 988 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 in the United States.

Línea de Vida de Suicidio y Crisis 988

Todos podemos ayudar a prevenir el suicidio. La Línea de Vida 988 ofrece apoyo gratuito y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana, para personas en crisis, recursos de prevención y crisis para usted o sus seres queridos, y mejores prácticas para profesionales en los Estados Unidos.

The 988 Lifeline offers free services in Spanish 24 hours a day, 7 days a week. You do not need to speak English to receive help. 988 Lifeline ofrece servicios gratuitos en español las 24 horas del día, los 7 días de la semana. No tiene que hablar inglés para recibir ayuda.

To access support in Spanish, dial 988 and press 2. You will hear a message informing you that you have reached the 988 Suicide and Crisis Lifeline. Then, you will hear some hold music while we transfer you to a qualified individual. This person will listen to you, provide support, and share any resources that may be helpful.

Para acceder al apoyo en español, marque 988 y presione 2. Escuchará un mensaje que le dice que ha llegado a la línea 988 de prevención del suicidio y crisis. Luego, escuchará un poco de música de espera mientras lo transferimos a una persona calificada. Esta persona le escuchará, le brindará apoyo y compartirá cualquier recurso que le pueda ser útil.