

# CONOZCA SUS RECURSOS



## LÍNEA TELEFÓNICA VITAL DE SUICIDIO Y CRISIS

Marque 988



## LÍNEA DE TEXTO PARA CRISIS

Envíe un mensaje de texto con la palabra HOME al 741741 en cualquier lugar de los E.U., cualquier hora, con cualquier tipo de crisis.



**LÍNEA DIRECTA DE CRISIS DE STARVISTA LAS 24 HORAS,  
7 DÍAS DE LA SEMANA: 650-579-0350**

**Chat de Starvista para Adolescentes en Crisis:** [www.sanmateocrisis.org](http://www.sanmateocrisis.org)  
(Chat disponible de Lunes a Jueves, de 4:30 p.m. a 9:30 p.m., PST)



## ALERTA ANONIMA DE SMUHSD

[www.AnonymousAlerts.com/  
sanmateouhsd](http://www.AnonymousAlerts.com/sanmateouhsd)



## LÍNEA DIRECTA NACIONAL DE VIOLENCIA DOMÉSTICA

1-800-799-7233  
[www.thehotline.org](http://www.thehotline.org)

**En Caso de Emergencia, Marque 911, o visite su sala de emergencia más cercana.**