



외롭고

길을 잃고

압도당하는

기분이 든다면

저희가 도와드리겠습니다

무료 & 기밀 정신 건강 지원

988 Lifeline의 훈련된 상담원들은 자살에 대한 생각, 정신 건강 위기, 물질 사용에 대한 우려 또는 모든 종류의 정서적 고통에 대해 기밀이 보장되는 지원을 무료로 제공할 수 있습니다.

본인 또는 사랑하는 누군가가 도움이 필요하다면 988로 전화, 문자 또는 채팅하세요. 언제, 어디서든.

988

**SUICIDE & CRISIS
LIFELINE**

doh.wa.gov/988/ko