



I-844-TALK-4-CT

What is a warmline?

A warmline is a number you can call that will direct you to the resources or services you need. When you call [Reach Out Connecticut at I-844-TALK-4-CT \(1-844-825-5428\)](tel:1-844-825-5428) you will be answered by a trained professional. Our operators are experienced in providing mental health guidance and can connect you to outsourced hotlines or agencies if needed. During the COVID-19 crisis you deserve a compassionate listener who can lend an ear about your stress and point you in the right direction for whatever resources you might need. This warmline is available Monday -Thursday from 8:30am to 7:00pm and Friday from 8:30am to 6:00pm.



When should I call?

You should call Reach Out Connecticut if you:

- Just need someone to talk to (in English or Spanish)
- Need food and don't know who to turn to
- Are in need of child/infant supplies (school notebooks, diapers, clothes, etc.)
- Need connections to mental health resources
- Have questions about how to get COVID-19 information
- Need connections to volunteer aid or help from the community

[Reach Out Connecticut](#) does not serve as a therapy/counseling, crisis intervention, or emergency hotline.

If you are in a **crisis** (threats of harming self or others; destruction of property; significant safety issue) call [2-1-1](tel:2-1-1).

If you are in an **emergency** (medical attention is needed; police intervention is needed; weapons are involved) call [9-1-1](tel:9-1-1).

The National Suicide Prevention Hotline is [1-800-273-8255](tel:1-800-273-8255). This hotline, along with 211 and 911 are available 24/7.



Extendiendo ayuda Connecticut

Una línea directa de atención para nuestra comunidad.

I-844-TALK-4-CT

¿Qué es una línea directa de atención?

Una línea directa de atención es un número telefónico al que usted puede llamar, que lo dirigirá a los recursos o servicios que necesite. Cuando llame a [Extendiendo ayuda Connecticut](https://www.extendinghelpct.org) al I-844-TALK-4-CT (1-844-825-5428), será atendido por un profesional capacitado. Nuestro equipo tiene experiencia en brindar orientación sobre salud mental y pueden conectarlo con líneas directas o otras agencias si es necesario. Durante la crisis de COVID-19, usted necesita a alguien que lo escuche y tome en cuenta su y lo oriente a los recurso que pueda necesitar. Esta línea directa de atención está disponible de lunes a jueves de 8:30 de la mañana a las 7:00 de la tarde y los viernes de 8:30 de la mañana a 6:00 de la tarde.



¿Cuándo debo llamar?

Debe llamar a Extendiendo ayuda Connecticut si:

- Solo necesita a alguien con quien hablar (en inglés o español)
- Necesita comida y no sabe a quién recurrir
- Necesita suministros para niños / bebés (cuadernos escolares, pañales, ropa, etc.)
- Necesita conexiones con recursos de salud mental
- Tiene preguntas sobre cómo obtener información de COVID-19
- Necesita conexiones para ayuda voluntaria o ayuda de la comunidad

[Extendiendo ayuda Connecticut](https://www.extendinghelpct.org) no sirve como terapia / asesoramiento, intervención en crisis o línea directa de emergencia. Si se encuentra en una [crisis](#) (amenazas de dañarse a sí mismo o a otro; destrucción de propiedad; problema de seguridad importante) llame al 2-1-1. Si se encuentra en una [emergencia](#) (se necesita atención médica; se necesita la intervención de la policía; hay armas involucradas) llame al 9-1-1. Estas líneas directas operan 24/7.