

了解您的資源



自殺和危機生命線
撥打 988



危機短訊號碼
在任何時候，有任何類型的危機，
從美國的任何地方用短訊發送
HOME 到741741



STAR VISTA

24/7 STARVISTA 危機熱線：

650-579-0350

STARVISTA 青少年危機聊天：

www.sanmateocrisis.org

（逢星期一到星期五，下午四時至晚上10時，均可聊天）



StopIt 匿名舉報應用程式

舉報安全問題: www.smuhsd.org/stopit



全國家庭暴力熱線

1-800-799-7233

www.thehotline.org

如遇緊急情況，請撥打911，或前往最近的急診室