

No matter your struggle, you are not alone.

The 988 Suicide and Crisis Lifeline is free, private and here to help. Whether feeling lonely, depressed, anxious or thinking about hurting yourself, you'll get support that can make a difference.

988

 | SUICIDE & CRISIS
LIFELINE

Call, text or chat 988 — anytime.
988lifeline.org



NC DEPARTMENT OF
**HEALTH AND
HUMAN SERVICES**

No importa por lo que estés pasando, no estás solo.

La Línea 988 de Prevención del Suicidio y Crisis es gratuita, confidencial y siempre está disponible para ti. Si te sientes solo, con depresión, ansiedad o piensas en hacerte daño, recibirás el apoyo que realmente hace la diferencia.

988

LÍNEA DE
PREVENCIÓN DEL
SUICIDIO Y CRISIS

**Llama, envía un texto o chatea al 988
— a cualquier hora.**

Linea988.org



DEPARTAMENTO DE
**SALUD Y SERVICIOS
HUMANOS DE
CAROLINA DEL NORTE**