

# 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.

Call, text or chat 988 — anytime.  
[988lifeline.org](https://988lifeline.org)

**988** | SUICIDE & CRISIS  
LIFELINE

Stock photo. Posed by model. For illustrative purposes only.



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.

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

[Linea988.org](https://Linea988.org)

# 988

LÍNEA DE  
PREVENCIÓN DEL  
SUICIDIO Y CRISIS



DEPARTAMENTO DE  
SALUD Y SERVICIOS  
HUMANOS DE  
CAROLINA DEL NORTE

Foto de archivo. Retrato de modelo. Para fines ilustrativos únicamente.

# 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.

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

[Linea988.org](https://Linea988.org)

# 988

LÍNEA DE  
PREVENCIÓN DEL  
SUICIDIO Y CRISIS



DEPARTAMENTO DE  
SALUD Y SERVICIOS  
HUMANOS DE  
CAROLINA DEL NORTE

Foto de archivo. Retrato de modelo. Para fines ilustrativos únicamente.