???? ???? ?? ?? ?? ???

Release Date: 10? 13, 2024

???? ???? ???? ? ?? ????? ??????. ????? ???? ?? ??? ? ? ?? ? ?? ???? ?????.

SAMSHA(??) ?? ?? ??

- **?? ?? ? ???? ????**
  (SAMSHA) ?? ?? ????? ??? ??? ??? ??? ?? ?? ?????? ???? ?? ?? ? ??? ?????.
  SAMSHA? ?? ?????(HHS) ?? ?????.
  - **800-985-5990??** ????? samhsa.gov/? ????? ??? ?? **TalkWithUs**
    ?? ????? ?? 66746?? ??? ?? ??? ?? ???? ?????.

?? ?? ???(Warmline)

- ??? ??? ??? ? ? ?? ??? ??? ???? ?????. ?? ??? ???? ?? ??? ??? ?? ? ???? ??? ? ? ????.
  800- 945-1355? ??? ? ????. ?? ?? ?? 4~10?(?????).

???????

- **?? ?? ?????** ???? 24?? ?? ?? ?? ?? ?? ?? ? ?? ?? ???? ?????.
  crisistextline.org/or 741741? ??? ????.
- **????? ??? 211 ????**?
  ?? ?? ??, ?? ? ?? ??? ???? ?? ?? ??, ?? ?? ? ???? ??? ? ??? ??? ?????. ????
  2-1-1? ?????. ?? 211.org? ?????.
- **?? ??? ?? ?? ?? ??**: 833-492-0094? ?????.
- **???? ?? ? ?? ?? ???**: 800-962-2873?? ?????.
- **?? ?? ?? ???:** 800-799-7233?? ????? **START?** 88788? ?????.
- **?? ??? ????:** 800-656-HOPE? ?????.
- **988 ?? ? ?? ?? ???** ???? ?? ???? ?? ?? ???? ????
  24?? ??? ??? ???? ??? ?????. 988? ????? ??? ????. ?? 988lifeline.org?
  ?????.