

**PREVENTING
SUICIDE**

**HELP &
HOPE**

VENTURA COUNTY

RESOURCES

If you or someone you care about is in crisis:

- **Emergency:** Call 9-1-1
- **Suicide Prevention Lifeline:** Call **1-800-273-8255**
or Text **HEARME** to **839863**
TTY: 1-800-799-4889
Free • Confidential • 24/7
- **Crisis Text Line:** Text **HOME** to **7417441**
Free 24/7 support • crisistextline.org
- **Ventura County Crisis & Referral:** **1-866-998-2243**
Substance Use Treatment Services: **1-844-385-9200**
24 hours a day, 7 days a week • www.vcbh.org
- **Veterans Crisis Line:** Call **1-800-273-8255** and **press 1**
24 hours a day, 7 days a week • veteranscrisisline.net

Additional Resources:

- **Peer-run Warm Line**
Non-emergency emotional support, 24/7, Call **1-855-845-7415**
Web chat: mentalhealthsf.org/peer-run-warmline
- **Suicide Prevention App:** My3App.org
- **Local resources:** Call **2-1-1** or text your zip code to **898211**
www.211ventura.org

For Teens:

- **California Youth Crisis Line:** **1-800-843-5200**
24/7 • calyouth.org/cycl
- **Teen Line:** Text **TEEN** to **839863** or call **1-800-TLC-TEEN**
- **The Trevor Project Lifeline** (LGBTQ focus): **1-866-488-7386**
24/7 • thetrevorproject.org
- **See more:** texttalkhelp.org

For Older Adults:

- Lonely or isolated? Call the **Senior Support Line:** **1-800-235-9980**
- **Ventura County Area Agency on Aging:** **1-805-477-7300**

Learn How to Help

- **American Foundation for Suicide Prevention**
1-888-333-AFSP (2377) • www.afsp.org
- **Know the Signs:** www.suicideispreventable.org

See more at: www.WellnessEveryDay.org
facebook.com/WellnessEveryDayVC



Si usted o alguien importante para usted está en crisis:

- **Emergencias: Llame al 9-1-1**
- **Línea de Prevención del Suicidio: 1-888-628-9454**
TTY: 1-800-799-4889
Gratis • Confidencial
24 horas del día, 7 días de la semana
- **Línea de Crisis y Remisión del Condado de Ventura: 1-866-998-2243**
- **Servicios de Tratamiento por el Uso de Sustancias: 1-844-385-9200**
24 horas del día, 7 días de la semana
www.vcbh.org/es
- **Línea de Crisis para Veteranos: 1-888-628-9454 y presione 1**

Recursos adicionales:

- **Jóvenes Adultos:** TexteaHablaAyuda.org
- **Aplicación móvil "My3" para la prevención del suicidio**
My3App.org/es
- **Conozca las Señales**
Conozca las señales de alarma – Encuentre las palabras – Habla con alguien
www.elsuicidiooesprevenible.org
- **Recursos locales**
Llame al **2-1-1** o mande un mensaje de texto con su código postal al **898211**
www.211ventura.org

Ver más: www.SaludSiempreVC.org
facebook.com/WellnessEveryDayVC