



## Reasons to call...

Someone is  
always here  
to hear you  
24/7/365

Free and  
confidential

Because we know  
this call may be the  
most important one  
you've ever made

Crisis Line  
professional counselors

Warmline  
peer supports

- Having thoughts of hurting yourself or someone else
- Struggling with drugs and/or alcohol
- Feeling like you can't get out of bed in the morning
- Experiencing violence or abuse where you live
- Looking for a counselor in your area
- Behaving in ways you know aren't safe, but continue anyway
- Having a hard time keeping your anger under control
- Seeking support for someone struggling with mental health
- Just need someone to talk to

[www.nmcrisisline.com](http://www.nmcrisisline.com)

1 (855) 662-7474

1 (855) 466-7100

TTY Access - 1 (855) 227-5485



Línea de  
Crisis y  
Acceso de

Nuevo  
México

## Razones para llamar...

Alguien  
siempre está  
aquí para  
escucharlo  
24/7/365

Gratis y  
confidencial

Porque nosotros sabemos  
que esta llamada puede  
ser la más importante  
que usted haya hecho

- Está teniendo pensamientos de lastimarse a sí mismo/a o a alguien más
- Está luchando con drogas y/o alcohol
- Se siente que no puede levantarse de la cama en la mañana
- Está experimentando violencia o abuso donde vive
- Está buscando un consejero/a en su área
- Se está comportando de maneras que usted sabe que no son seguras, pero continúa de todos modos
- Está teniendo un tiempo difícil para mantener su ira bajo control
- Está buscando apoyo para alguien que está luchando con la salud mental
- Simplemente necesita a alguien con quien hablar

Línea de Crisis  
Consejeros profesionales

[www.nmcrisisline.com](http://www.nmcrisisline.com)  
1 (855) 662-7474

Línea reconfortante  
Apoyo de compañeros

1 (855) 466-7100

Acceso TTY - 1 (855) 227-5485