

## Kohai te te telefoni ki ai 'oka hoko ha fakatamaki:

- Telefoni kihe **911** 'o fakaha kia teki-nautolu koe fakatamaki fakae'atamai fakatu'upakee. Kole ange ke nau fekau'i mai ha 'ofisa kuo ako makehe kihe CIT, 'aia 'oku ne lava ke ngaue kihe ngaahi fakatamaki fakae'atamai fakatu'upake.
- Tokoni kihe fakatamaki pea mo ta'ofi e hoko 'ae taonakita: **650.579.0350** or **1.800.SUICIDE**
- Psychiatric Emergency Services: **650.573.2662**

## Feitu'u ke ma'u mei ai 'ae tokoni 'i San Mateo County:

Potungae Mo'ui Fakae'atamai (San Mateo County Behavioral Health and Recovery Services):

ACCESS Team: **800.686.0101**

San Mateo County Office of Consumer and Family Affairs:

Telefoni: **800.388.5189**

Lea FakaSipenisi: **650.573.2189**

[www.smhealth.org/BHRS/OCFA](http://www.smhealth.org/BHRS/OCFA)

## Kohai teke telefoni kiai ke tokoni mai kia koe:

- 24-Hour Parent Support Hotline (Tokoni kihe kau tauhi fanau houa 'e 24): **888.220.7575**
- 24-Hour Youth Crisis Hotline (Tokoni kihe to'utupu ta'u 10-17, houa 'e 24): **650.367.9687**, [www.onyourmind.net](http://www.onyourmind.net)
- 24-Hour Drug and Alcohol Hotline (Faito'o kona tapu moe 'Alakaholo, houa 'e 24): **650.573.3950**

## Websites 'oku ma'u ai 'ae ngaahi fakahinohino moe tokoni :

- [www.smhealth.org/BHRS](http://www.smhealth.org/BHRS)
- [www.sanmateo.networkofcare.org/mh](http://www.sanmateo.networkofcare.org/mh)
- [www.NAMIsmc.org](http://www.NAMIsmc.org)
- [www.UACF4hope.org](http://www.UACF4hope.org)
- [www.SAMHSA.gov](http://www.SAMHSA.gov)

Ka 'oku ke fiema'u ha komipiuta keke faka'aonga'i, pea ke 'alu ki he laipeli ofi taha atu.

Ka 'oku ke fiema'u 'ae tatau fakaPilitania pe koha toe lea kehe, 'oe ki'i tohi ni pea ke vakai kihe [www.smhealth.org/BHRS/OCFA](http://www.smhealth.org/BHRS/OCFA).



Behavioral Health and Recovery Services  
Office of Consumer and Family Affairs  
1950 Alameda de las Pulgas, Suite 155  
San Mateo, CA 94403  
Teléfono: 800.388.5189  
Español: 650.573.2189  
FAX: 650.573.2934  
[www.smhealth.org/BHRS/OCFA](http://www.smhealth.org/BHRS/OCFA)

09/10 .5M TON

'Oku ou mahalo 'oku faingata'a'ia pe uesia 'ae mo'ui fakae'atamai 'eku ki'i tamasi'i/ ta'ahine, pe 'oku ne faka'aonga'i 'ae faito'o kona tapu pe 'alakaholo...

**Koeha e me'a teu fai?**

**Koe ngaahi feitu'u 'oku ma'u mei ai 'ae ngaahi tokoni 'i he Vahenga San Mateo**

SAN MATEO COUNTY  
BEHAVIORAL HEALTH AND  
RECOVERY SERVICES  
[www.smhealth.org/BHRS](http://www.smhealth.org/BHRS)

# KOEHA E ME'A TEKE FAI:

Kapau 'oku ke mahalo pe faka-kaukau 'oku faingata'a'ia ho'o ki'i ta'ahine/tamasi'i fakae'atamai pe 'oku ne ngaue'aki 'ae faito'o kona tapu/'alakaholo...

## Kamata ho'o kumi tokoni 'aki ho'o telefoni:

- Ki he toketa 'oku ne tokanga'i ho'o ki'i tamasi'i/ta'ahine.
- Ki ho'o kautaha malu'i mo'ui lelei 'oku ma'u mei ai 'ae fale'i.
- 'Ofisi 'oe NAMI 'i San Mateo (National Alliance for Mental Illness) fika **650.638.0800**. 'E telefoni mai ha taha mei he kautaha ni 'o fakahi-nohino mo fakafetu'utaki koe kihe feitu'u 'e ma'u mei ai ha tokoni.
- Koe timi ACCESS 'ae Potungae Mo'ui Fakae'atamai, fika **800.686.0101**, te nau lava ke fakafetu'utaki koe kihe ngaahi toko-ni 'ae Kauniti 'o San Mateo.

### 'Ikai ha malu'i fakaemo'ui lelei?

Kapau 'oku 'ikai ke 'iai ha'o malu'i mo'ui lelei, pe ko ho'o ki'i tamasi'i/ta'ahine, fetu'utaki leva kihe Health Coverage Hotline fika **650.616.2002** ke ma'u mei ai ha fakaikiiki.

## Kapau 'oku ke fakatokanga'i ha 'ulungaanga ta'etaau mo fakatamaki 'i ho'o ki'i tamasi'i/ta'ahine:

- 'Ave ki he Falemahaki Kauniti San Mateo, loki 'oe kau puke fakae'atamai (Psychiatric Emergency Room) 222 W. 39<sup>th</sup> Avenue, San Mateo **650.573.2662**.
- Kapau he'ikai teke lava ia pea ke telefoni kihe 911 'o kole tokoni kiha 'ofisa kuo 'osi ako kihe CIT – ko kinautolu kuo ako'i ke nau ngaue kihe kakai 'oku nau puke fakae'atamai.

## Ngaahi me'a ke 'omai ki falemahaki 'i he fuofua 'apoinimeni:

### Hisitolia fakafaito'o

- Fa'ahinga mahaki ne 'osi puke ai
- Ngaahi me'a 'oku 'ikai malava kene fai
- Ngaahi me'a 'oku kovi ki ai (allergies)
- Ngaahi faito'o
- Ngaahi taimi kotoa na'e nofo falemahaki ai mo hono 'uhinga
- Hingoa moe telefoni pe tu'asila 'oe toketa 'a ho'o tamasi'i/ta'ahine

Ngaahi me'a fekau'aki moe malu'i mo'ui lelei, hange koe:

- Malu'i mo'ui lelei 'ae ki'i tamasi'i/ta'ahine
- Medi-Cal/Health Plan of San Mateo
- Healthy Kids/Families

## Koeha e me'a ke fai ki ai 'ae po tala-noa/ngaahi me'a ke fehu'i 'ihe fuofua fetaulaki:

- 'Oku ta'u \_\_\_\_\_'eku ki'i tamasi'i/ta'ahine. 'Oku ou hoha'a he 'oku \_\_\_\_\_.
- Na'aku fuofua fakatokanga'i 'ae liliu 'oe anga 'o 'eku ki'i tamasi'i/ta'ahine \_\_\_\_\_.
- 'Oku hanga 'ehe liliu ko eni 'i hono 'ulungaanga 'o uesia 'ae anga ho ma va 'aki \_\_\_\_\_.
- Teu lava fefe keu 'ilo'i 'oku 'iai ha faingata'a'ia 'o 'eku ki'i tamasi'i/ta'ahine 'ihe puke fakae'atamai, pe 'oku fakatupu 'e ha'ane faka'aonga'i 'ae faito'o kona tapu pe 'alakaholo?
- 'E fefe ha'aku ma'u ha tokoni ma'aku pea mo'eku ki'i tamasi'i/ta'ahine?

### 'Ihe kumi tokoni koia ki he Va'a Mo'ui Fakae'atamai, 'e fiema'u ke talanoa

'ae kau ngaue ki ho'o ki'i tamasi'i/ta'ahine 'o 'ikai teke 'i ai. 'Oua na'ake hoha'a he koe anga maheni pe ia 'oe ngaue.

### Kapau 'oku ta'u 18 pe toe motu'a ange ho'o tamasi'i/ta'ahine, kuo

hoko fakalao ia koe toko taha lahi. Kuo pau leva kene toki 'omi 'e ia ha faka'ataa ke faka'inasi koe 'ehe kau ngaue Potungae Mo'ui Fakae'atamai 'iha ngaahi me'a fekau'aki mo ia pea mo hono puke.