

NO ESTÁS SOLO(A).

NO PIERDAS LA ESPERANZA.

Si estás en la escuela y tienes dificultades:

Conéctate con un adulto de confianza.



Si no estás en la escuela y tienes dificultades:

- Conéctate con un adulto de confianza.
- Si tú o alguien que conozcas necesita ayuda, llama o envía un mensaje de texto al teléfono 988, o charla de forma escrita a través de 988lifeline.org/chat.
- En caso de tener inquietudes relacionadas con la seguridad, llama, envía un mensaje de texto o reporta tu preocupación en Safe2Tell (safe2tell.org).