

¿Cómo te sientes de verdad?

Nunca una Molestia



Para reportarse no hace falta ser perfecto en el momento oportuno o las palabras adecuadas - simplemente tenderle la mano demuestra que le importa. Escuche sin juzgarlos y recuérdelos nunca son una molestia.

Llame o envíe un mensaje de texto a la Lifeline al 988, las 24 horas del día, 7 días a la semana.

Llame a la Línea de Adolescentes al 1-800-852-8336 (6 PM-10 PM PT) o envíe un mensaje de texto TEEN al 839863 (6 PM-9 PM PT).

Aprenda a ayudarse a sí mismo o a un amigo.
Visite NeveraBother.org para obtener más recursos o para conectarse con una persona de confianza.

