

# BUSCA AYUDA

A todos los estudiantes se les anima a pedir ayuda para si mismos o para otros.

## ¿DÓNDE PUEDES OBTENER AYUDA?



### Ayuda para Otros

Usa para compartir información que puede ayudar a prevenir daño, acoso, violencia escolar, y otras amenazas a la seguridad.



Llame/Texto: 833.980.SAFE (7233)

App Móvil



[www.safe2helpne.org](http://www.safe2helpne.org)

### Ayuda para uno mismo

Use cuando experimentas pensamientos de Suicidio o angustia emocional.

Llame/Texto: 988

# 988

## LÍNEA DE PREVENCIÓN DEL SUICIDIO Y CRISIS



### Ayuda Inmediata

Usa cuando una emergencia médica seria e inmediata o una amenaza a la vida está sucediendo.

Llame/Texto: 911

