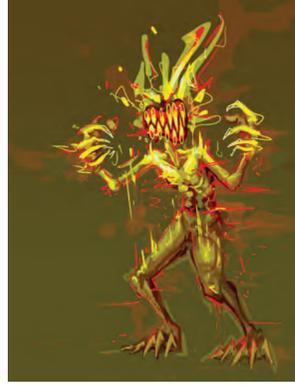
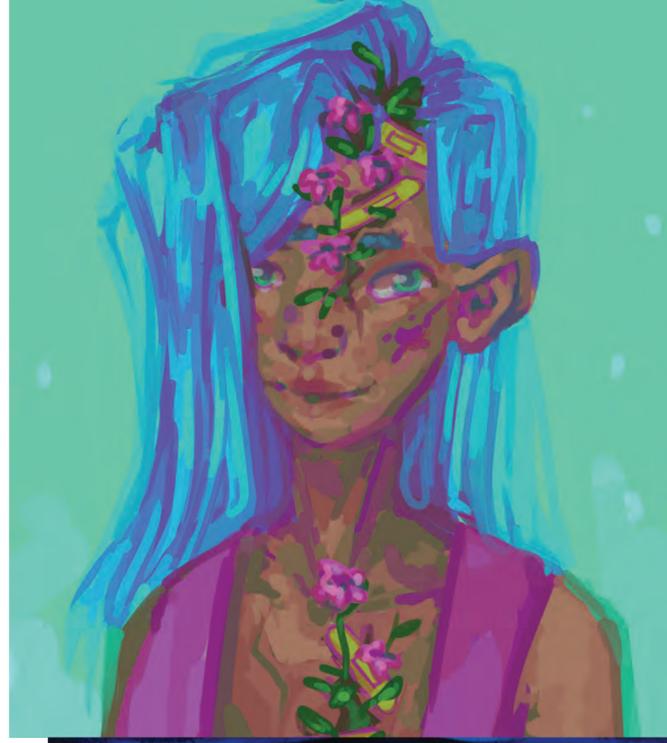




EXISTEN MUCHOS TIPOS DE RETOS DE SALUD MENTAL, AL IGUAL QUE MUCHAS MANERAS DE OBTENER APOYO.

Cuidar la salud mental es muy importante y a veces, puede que le resulte demasiado difícil manejarla usted solo. La buena noticia es que no tiene que hacerlo. Siempre hay personas en su escuela que pueden ayudarle a encontrar recursos para sentirse mejor.



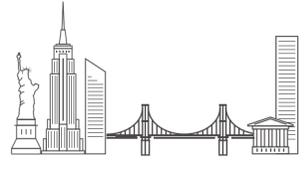
Hay ayuda en muchos sitios



En la escuela
Hable con un maestro de confianza, un consejero o con el personal de salud mental de su escuela



En la comunidad
Busque el apoyo de su familia o amigos cercanos



En la ciudad
Envíe el mensaje WELL al 65173 o llame al 1-888-NYC-WELL (1-888-692-9355)

Contacto de la escuela:

