

**ESTA BIEN NO
ESTAR BIEN!**



HFTD.ORG

A PESAR DE LAS COSAS POR LAS QUE HAS PASADO, **ESTA BIEN NO ESTAR BIEN!**



Hope For The Day® (H.F.T.D.) es un movimiento sin fines de lucro que empodera la conversación sobre la prevención proactiva del suicidio y la educación en la salud mental.

988 LÍNEA DE SUICIDIO Y CRISIS

LLAME O MANDE
TEXTO: 988

LÍNEA DE TEXTO PARA CRISIS

MANDE TEXTO CON LA
PALABRA "AYUDA" AL
NUMERO: 741741

LÍNEA NACIONAL DE SALUD MENTAL MATERNA

LLAME O MANDE
TEXTO: (833) TLC-MAMA
(852-6262)

LÍNEA DIRECTA NACIONAL DE AGRESIÓN SEXUAL

(800) 656-HOPE (4673)
*OPRIMA #2

PARA VETERANOS

LLAME: 998 (OPRIMA #1)
MANDE TEXTO: 838255

ESCANEA AQUÍ PARA RECURSOS ADICIONALES EN SU COMUNIDAD

LÍNEA DE VIDA TRANS

(877) 565-8860
*OPRIMA #2

EL PROYECTO TREVOR PARA JÓVENES LGBTQ

(866) 488-7386

