

**PORQUE LA VIDA NO**

**SIEMPRE**

**ES DE COLOR**

**ROSA**

**YouthLine**

A SERVICE OF  **lines of life**

## Personas a las que recorro para recibir apoyo

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

## Actividades para quitarme el estrés

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

¿Necesita ayuda?

**Hablemos.**

LLAMA AL  
**877.968.8491**

ENVÍA “**teen2teen**” POR  
MENSAJE DE TEXTO AL **839863**

CHATEA EN  
**OregonYouthLine.org**

**4-10pm PST diariamente**

  @theyouthline

Te escuchamos. Te brindamos apoyo.  
***No se lo decimos a nadie.***