

Hear MeWA

Una línea de ayuda gratuita las
24 horas, los 7 días de la semana
para los jóvenes de Washington

Por lo que sea que te esté afectando

Sin importar que sea un problema pequeño o grande, o si no estás seguro de que sea un problema, HearMeWA está aquí para escucharte y conectarte con el apoyo que necesitas. **Creado específicamente para jóvenes y adultos jóvenes de hasta 25 años en Washington.**

Comunícate por CUALQUIER inquietud

Acoso

Ansiedad o depresión

Pensamientos suicidas

Violencia doméstica o sexual

Inseguridad habitacional
o alimentaria

Género o
expresión sexual

Rumores de
violencia o
amenazas



Cómo HearMeWA puede ayudar

HearMeWA conecta a los jóvenes con asesores capacitados y recursos locales. Es seguro y puedes mantener el anonimato. Sin importar lo que estés atravesando, estamos aquí para ayudarte.

Importante: Si deseas mantener el anonimato, no brindes ninguna información personal o identificable.



HearMeWA se creó con base en la opinión de jóvenes para garantizar que sea un recurso centrado en la juventud, con enfoque en el trauma y sin distinción de raza. HearMeWA es posible gracias a la colaboración con el Sandy Hook Promise Crisis Center, que recibe y responde a cada mensaje.

No estás solo. Ingresa a HearMeWA.org ahora para obtener ayuda o más información.

4 formas de comunicarse con HearMeWA

Obtén ayuda de la forma que desees



Llama a nuestra línea gratuita **888-537-1634**



Envía **HearMeWA** por mensaje de texto a **738477**



Ingresa a **HearMeWA.org** y haga clic en **"Get Help"** (**Obtener ayuda**)



Descarga la aplicación **HearMeWA** desde App Store de Apple o Google Play