Las pastillas falsas se ven reales

- 5 de 10 pastillas falsas analizadas en 2024 tenían una dosis mortal de fentanilo.
- No se ve, no huele, no sabe.
- Solo toma pastillas de una farmacia con tu nombre.

Formas de decir que no

- "No, gracias."
- "Mañana tengo partido."
- "Mejor vamos por comida."
- Ten una palabra clave para avisar a casa.

Pregúntales a tus amigos

- Dile lo que notaste.
- Escucha. No juzgues.
- ¿Te preocupa? Díselo a un adulto de confianza. Eso es cuidarlo.

¿Alguien no despierta?

- 1. Llama al 911
- 2. Naloxona (Narcan) si hay
- 3. Ponlo de lado
- 4. Quédate con él o ella

Cuídate tú

- Inhala 4, exhala 6.
- Muévete. Escríbele a un amigo.
- ¿Te acosan? Guarda pruebas, bloquea, reporta, díselo a un adulto.

Ayuda, a cualquier hora

- 911: emergencia
- 988: llama o escribe (marca 2)
- Envía HOLA o AYUDA al 741741
- Access & Crisis de SD: 1-888-724-7240

Nadie planea morir.

Pero sí podemos planear cuidarnos entre todos.

nobodyplansondying.org/teen-kit · info@nobodyplansondying.org

Cómo doblarlo: dóblalo a lo largo, luego en 8 cuadros. Corta la ranura del centro, dóblalo y junta las puntas.

NOBODY PLANS ON DYING · KIT PARA JÓVENES

Cuidémonos entre todos

Una guía de bolsillo para jóvenes