



YouthLine es un servicio **gratuito** y **confidencial** de apoyo entre pares para adolescentes en situaciones de crisis proporcionado por Lines for Life. YouthLine opera una línea de ayuda que brinda apoyo en situaciones de crisis y remisiones

por teléfono, mensajes de texto, chat y correo electrónico.

En YouthLine trabajan voluntarios jóvenes que responden las llamadas diariamente, **de 4 p. m. a 10 p. m., hora del Pacífico**, y adultos que responden llamadas en cualquier otro horario. Ningún problema es demasiado grande

ni demasiado pequeño. Servicios de traducción disponibles a pedido.

YouthLine también dirige un programa de extensión comunitaria y en salones de clases con apoyo de pares para desestigmatizar los problemas de salud mental, concientizar sobre el bienestar y la salud mental, y motivar a los jóvenes a comunicarse para recibir ayuda. Las actividades de extensión y la línea de ayuda en situaciones de crisis de YouthLine cuentan con el apoyo de nuestro programa de desarrollo y mentoría para voluntarios jóvenes, que desarrolla aptitudes interpersonales y profesionales, como también la confianza en torno al bienestar y la salud mental.

**“YouthLine es maravilloso. Me alegró tener alguien con quien hablar en mi momento más oscuro”.**

- Contacto de joven por chat

# YouthLine

A SERVICE OF  lines for life

YouthLine es una línea de ayuda y apoyo en situaciones de crisis proporcionada por Lines for Life, una organización sin fines de lucro regional dedicada a prevenir el abuso de sustancias y el suicidio. Lines for Life ofrece ayuda y esperanza a personas y comunidades, y fomenta la salud mental de todos. Su trabajo aborda un espectro de necesidades que incluyen intervención, prevención y defensoría. Educan, capacitan y defienden para evitar que los problemas de abuso de sustancias, enfermedad mental e ideas de suicidio alcancen niveles críticos. Pero cuando surge una crisis o se necesita apoyo, Lines for Life está disponible las 24 horas, todo el año, para intervenir con ayuda personalizada.

[www.linesforlife.org](http://www.linesforlife.org)

¿Necesitas ayuda?

## Hablemos.

4-10pm diariamente

**OregonYouthLine.org**

**877.968.8491 Envía teen2teen por mensaje de texto al 839863**

  @theyouthline

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

**Adolescentes**  
que ayudan a otros  
**adolescentes**



# ¿Necesitas ayuda?

## Hablemos.

877-968-8491 | [OregonYouthLine.org](http://OregonYouthLine.org)  
Envía **teen2teen** por mensaje de texto al **839863**

## Línea de ayuda y apoyo entre pares para adolescentes en situaciones de crisis

YouthLine brinda ayuda y apoyo entre pares para adolescentes en situaciones de crisis a nivel nacional por teléfono, mensajes de texto, chat y correo electrónico diariamente, de 4 p. m. a 10 p. m., hora del Pacífico. YouthLine es gratuito, confidencial, seguro y no emite juicios de valor. Los voluntarios adolescentes de YouthLine tienen conocimientos, tienen experiencia, son competentes y se relacionan con su grupo de pares en el mismo nivel.

### En Oregon, el suicidio es la principal causa de muerte entre los adolescentes.

- Autoridad de Salud de Oregon, 2019



Los adolescentes que se comunican con YouthLine enfrentan diversos desafíos (que van desde una mala calificación en un examen o presión de pares hasta temas más serios, como duelo, depresión, hostigamiento, embarazo, autolesión, identidad de género, cuestiones de la comunidad LGBTQ, abuso de sustancias y suicidio). No hay ningún problema demasiado grande ni demasiado pequeño.

#### Motivos por los que llaman los jóvenes

- ✓ Suicidio
- ✓ Autolesiones
- ✓ Intimidación
- ✓ Enfermedad mental
- ✓ Problemas de relación
- ✓ LGBTQ+
- ✓ Problemas familiares
- ✓ Violencia sexual

Para comunicarte con la línea de ayuda y apoyo entre pares para adolescentes en situaciones de crisis:

LLAMA AL **877.968.8491**

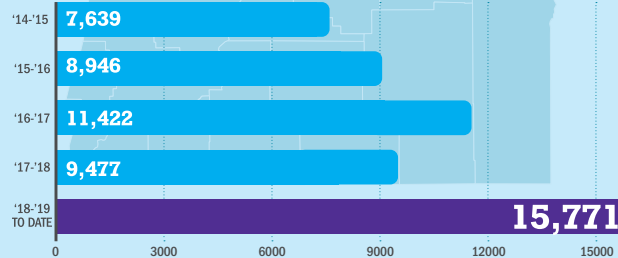
ENVÍA **'teen2teen'** por mensaje de texto al **839863**

CHATEA EN **OregonYouthLine.org**

## Actividades de extensión y educación con apoyo de pares

YouthLine es un programa educativo para jóvenes con apoyo de jóvenes y pares. Las metas incluyen la desestigmatización de los problemas de salud mental, la concientización sobre el bienestar mental y la normalización de la conducta de búsqueda de ayuda.

### Cantidad de jóvenes, comunidades y proveedores a los que se ha llegado



YouthLine proporciona actividades de extensión, educación y concientización con apoyo de jóvenes a comunidades de todo el estado de Oregon a través de presentaciones en salones de clase, capacitaciones para guardianes adultos y jóvenes, conferencias y cumbres relacionadas con la juventud, talleres, eventos comunitarios, defensoría legislativa y mucho más. Las lecciones en salones de clase cubren una amplia variedad de temas difíciles para los adolescentes, como estrés, presión de pares, hostigamiento, toma de decisiones en la adolescencia y suicidio.

“Youthline fortalece nuestra unidad de salud mental. Nos sentimos apoyados y agradecemos no estar solos y que Youthline esté allí para nosotros”.

- Maestra de preparatoria del condado de Clackamas

## Mentoría y desarrollo de los jóvenes

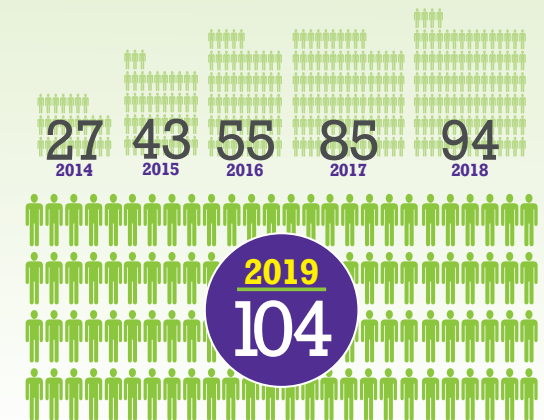
YouthLine es un programa de desarrollo juvenil que genera habilidades interpersonales y profesionales mientras aumenta la confianza en torno al bienestar y la salud mental para los mismos jóvenes, sus pares y la comunidad donde viven.

Los voluntarios de YouthLine reciben más de 63 horas de capacitación rigurosa antes de responder llamadas, mensajes de texto, chats y mensajes de correo electrónico. La capacitación incluye una certificación en Primeros auxilios para la salud mental de los jóvenes (YMHFA, por sus siglas en inglés), safeTALK sobre suicidio, Capacitación sobre habilidades de intervención aplicadas al suicidio (ASIST, por sus siglas en inglés), como también práctica e información sobre el desarrollo de habilidades. La participación de voluntarios de YouthLine en actividades educativas de extensión brinda varias oportunidades para el desarrollo profesional asociado con la facilitación en salones de clases, la oratoria y la gestión del tiempo. Todos los voluntarios de YouthLine cuentan con la supervisión y la orientación de especialistas adultos de la línea de crisis, que son profesionales de salud mental.

“Youthline ha creado un espacio de recuperación para mí. El personal de aquí nunca ha dudado de mí por un segundo y me ha brindado apoyo y me ha valorado por la persona que soy”.

- Voluntario de YouthLine

### Aumento de voluntarios jóvenes



Para obtener más información o para programar una actividad de extensión comunitaria de YouthLine en su área:

VISITE [OregonYouthLine.org](http://OregonYouthLine.org) | ENVÍE UN MENSAJE DE CORREO ELECTRÓNICO A [YouthL@linesforlife.org](mailto:YouthL@linesforlife.org) | LLAME AL **971.244.1378**