SALUD
SECRETARÍA DE SALUD
CONADIC
GTO Grandeza de México
Secretaría de Salud
Dinámicamente
Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

CUÍDATE: EL CRISTAL ENGANCHA

Juntos por la Paz

DAÑA EL CEREBRO Y EL SISTEMA NERVIOSO

#Infórmate

Línea de la vida
800 911 2000

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

Fuente: National Institute on Drug Abuse

SALUD SECRETARÍA DE SALUD · CONADIC · GTO Grandeza de México · Secretaría de Salud · Dinámicamente · Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal 8002900024

CUÍDATE:
EL CRISTAL ENGANCHA

Juntos por la Paz

DAÑA EL CEREBRO Y EL SISTEMA NERVIOSO

#Infórmate

Línea de la vida
800 911 2000

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

Fuente: National Institute on Drug Abuse

SALUD SECRETARÍA DE SALUD · CONADIC · GTO Grandeza de México · Secretaría de Salud · Dinámica mente · Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal 8002900024

Juntos por la Paz

CUÍDATE:

EL FENTANILO MATA

A VECES, HASTA CON LA PRIMERA DOSIS

#Infórmate

Línea de la vida 800 911 2000

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

Fuente: National Institute on Drug Abuse

SALUD SECRETARÍA DE SALUD · CONADIC · GTO Grandeza de México · Secretaría de Salud · Dinámicamente · Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal 8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

GTO Grandeza de México
Secretaría de Salud

Dinámicamente

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

UNA COSA ES ESTAR CANSADO

OTRA COSA ES QUEDAR TIRADO

Línea de la vida 800 911 2000

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

SALUD SECRETARÍA DE SALUD · CONADIC · GTO Grandeza de México · Secretaría de Salud · Dinámicamente · Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal 8002900024

Línea de la vida 800 911 2000

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

SALUD SECRETARÍA DE SALUD · CONADIC · GTO Grandeza de México · Secretaría de Salud · Dinámica mente · Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal 8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

GTO
Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámica mente

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

GOBIERNO DE MÉXICO

Juntos por la Paz

#EscuchemosPrimero

Sentirte solo ES NORMAL

Date cuenta que no estás solo

Estamos para ayudarte

Línea de la vida 800 911 2000

gob.mx/juntosporlapaz

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

SALUD SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámica mente

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal 8002900024

ESTAR CANSADO

NO ES ESTAR "PASADO"

Línea de la vida 800 911 2000

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

SALUD SECRETARÍA DE SALUD · CONAPRIC · GTO Grandeza de México · Secretaría de Salud · Dinámicamente · Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal 8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Juntos por la Paz

TOMA TIEMPO
PARA DESCANSAR

Fuente: Secretaría de Salud

#JuntosPorLaPaz

#EscuchemosPrimero **Línea de la vida 800 911 2000**

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámica mente

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD
CONADIC

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Juntos por la Paz

SÉ CONSCIENTE DE LAS NECESIDADES DE TU CUERPO COMO LA HIDRATACIÓN

Fuente: Secretaría de Salud

#JuntosPorLaPaz

#EscuchemosPrimero **Línea de la vida 800 911 2000**

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámicamente
El cuidado de tu salud mental

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Juntos por la Paz

REDUCE EL CONSUMO DE ALCOHOL, CAFEÍNA Y NICOTINA

Fuente: Secretaría de Salud

#JuntosPorLaPaz

#EscuchemosPrimero **Línea de la vida** 800 911 2000

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámica mente
El cuidado de tu salud mental

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Juntos por la Paz

EVITA MEDICAMENTOS SIN RECETA (AUTOMEDICACIÓN)

Fuente: Secretaria de Salud

#JuntosPorLaPaz

#EscuchemosPrimero Línea de la vida 800 911 2000

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámica mente
Cuidado de tu salud mental

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Juntos por la Paz

REALIZA TÉCNICAS DE RELAJACIÓN

Fuente: Secretaría de Salud

#JuntosPorLaPaz

#EscuchemosPrimero Línea de la vida 800 911 2000

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámica mente
Tu cuidado de su salud mental

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Juntos por la Paz

HABLA CON FAMILIARES O AMIGOS DE LOS PROBLEMAS QUE TE AFECTEN

Fuente: Secretaría de Salud

#JuntosPorLaPaz

#EscuchemosPrimero **Línea de la vida 800 911 2000**

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámica mente
Tu cuidado de tu salud mental

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Juntos por la Paz

BUSCA APOYO PROFESIONAL SI LO REQUIERES

Fuente: Secretaría de Salud

#JuntosPorLaPaz

#EscuchemosPrimero **Línea de la vida 800 911 2000**

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámica mente
Al cuidado de su salud mental

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Juntos por la Paz

REALIZA EJERCICIO

AL MENOS TRES VECES POR SEMANA

Fuente: Secretaría de Salud

#JuntosPorLaPaz

#EscuchemosPrimero **Línea de la vida 800 911 2000**

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámica mente
Tu cuidado de tu salud mental

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Juntos por la Paz

LLEVA UNA ALIMENTACIÓN ADECUADA

Fuente: Secretaría de Salud

#JuntosPorLaPaz

#EscuchemosPrimero **Línea de la vida 800 911 2000**

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámicamente

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Juntos por la Paz

REALIZA ACTIVIDADES QUE TE GUSTEN

(DEPORTE, BAILE, LEER, ESCUCHAR MÚSICA)

Fuente: Secretaría de Salud

#JuntosPorLaPaz

#EscuchemosPrimero **Línea de la vida 800 911 2000**

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámicamente

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

GTO
Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámicamente

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

Juntos por la Paz

Expresar lo que sientes

ayuda a mantener una buena comunicación

#QuédateEnCasa
coronavirus.gob.mx

#FrentoALasAdicciones #EscuchemosPrimero Línea de la vida **800 911 2000**

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

SALUD SECRETARÍA DE SALUD · CONADIC · GTO Grandeza de México · Secretaría de Salud · Dinámicamente · Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal **8002900024**

Realicen y compartan actividades creativas

#FrentoALasAdicciones #EscuchemosPrimero Línea de la vida **800 911 2000**

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

SALUD SECRETARÍA DE SALUD · CONADIC · GTO Grandeza de México · Secretaría de Salud · Dinámicamente · Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal **8002900024**

Levántate temprano

realiza ejercicio al menos por 20 minutos

Juntos por la Paz

#QuédateEnCasa
coronavirus.gob.mx

#FrentoALasAdicciones #EscuchemosPrimero Línea de la vida **800 911 2000**

ESTRATEGIA NACIONAL PARA LA PREVENCIÓN DE LAS ADICCIONES

SALUD SECRETARÍA DE SALUD · CONADIC · GTO Grandeza de México · Secretaría de Salud · Dinámica mente · Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal **8002900024**

SALUD SECRETARÍA DE SALUD · CONADIC · GTO Grandeza de México · Secretaría de Salud · Dinámica mente · Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal 8002900024

Juntos por la Paz

Si sientes **desesperación**, en

LA LÍNEA DE LA VIDA

podemos ayudarte.

¡Aquí te escuchamos!

Llama al
800 911 2000

o conéctate en:

- @LineaDe_LaVida
- LaLineaDeLaVidaMX
- Conadic.Salud

Visita coronavirus.gob.mx

SALUD SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

GTO Grandeza de México Secretaría de Salud

Dinámica mente

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal
8002900024

Juntos por la Paz

Si sientes frustración o desesperanza, en

LA LÍNEA DE LA VIDA

podemos ayudarte.

¡Aquí te escuchamos!

Llama al 800 911 2000

o conéctate en:

- @LineaDe_LaVida
- LaLineaDeLaVidaMX
- Conadic.Salud

Visita coronavirus.gob.mx

SALUD SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

GTO Grandeza de México Secretaría de Salud

Dinámica mente Cuidado de tu salud mental

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal 8002900024

Juntos por la Paz

Si sientes miedo o ansiedad, en

LA LÍNEA DE LA VIDA

podemos ayudarte.

¡Aquí te escuchamos!

Llama al 800 911 2000

o conéctate en:

@LineaDe_LaVida

LaLineaDeLaVidaMX

Conadic.Salud

Visita coronavirus.gob.mx

SALUD SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámica mente

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal

8002900024

Juntos por la Paz

Si sientes que no puedes más, en

LA LÍNEA DE LA VIDA

podemos ayudarte.

¡Aquí te escuchamos!

Llama al 800 911 2000

o conéctate en:

- @LineaDe_LaVida
- LaLineaDeLaVidaMX
- Conadic.Salud

Visita coronavirus.gob.mx

SALUD SECRETARÍA DE SALUD

CONADIC

GTO Grandeza de México

Secretaría de Salud

Dinámicamente

Número de Atención en Crisis Psicológica Estatal

8002900024