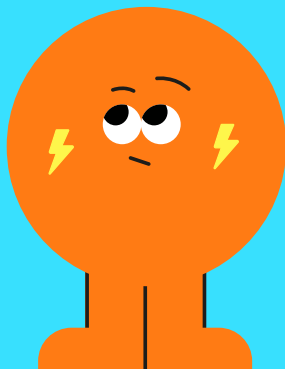


#NiSilencio NiTabú

Hablemos de salud mental

Para adolescentes



Inju!



Ministerio
de Desarrollo
Social

Ministerio
de Salud
Pública

unicef 

“Un trastorno de salud mental es un signo de debilidad; si la persona fuera más fuerte, no tendría esta condición”.

Este es uno de los tantos mitos que existen sobre la salud mental.



Tener un problema de salud mental no tiene nada que ver con ser débil ni es una condición que nos define.



Reconocer la necesidad de pedir ayuda requiere mucho coraje y valentía.



Identificar nuestras emociones y conversar con otros sobre lo que sentimos nos hace bien.

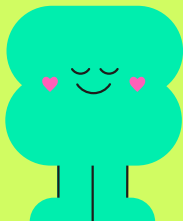


Animate a hablar
de lo que te pasa.

Animate a
pedir ayuda.



Hacerlo es cuidar
tu salud mental.



Para que ya no haya **#NiSilencioNiTabú**,
hablemos de salud mental.

Si vos o alguien que conozcas necesita ayuda, existen líneas de apoyo que son **gratuitas** y atienden las **24 horas**.

Línea de apoyo emocional, llamando al
0800 1920.

Línea de prevención del suicidio, llamando
al **0800 0767** o por celular ***0767**.

Conocé, compartí,
informate más en:
gub.uy/salud-mental-adolescente

IMPULSAN

Inju!



Ministerio
de Desarrollo
Social

Ministerio
de Salud
Pública

unicef

ADHIEREN



BMO



ANEP

ADMINISTRACIÓN
NACIONAL DE
EDUCACIÓN PÚBLICA



ASSE

INAU



Ministerio
del Interior



Instituto Nacional
de Rehabilitación



Directorio Nacional
del Deporte



Agencia Nacional
de Drogas - Uruguay



Ceibal



MEDIOS PÚBLICOS



CONSEJO
DE INTENDENTES