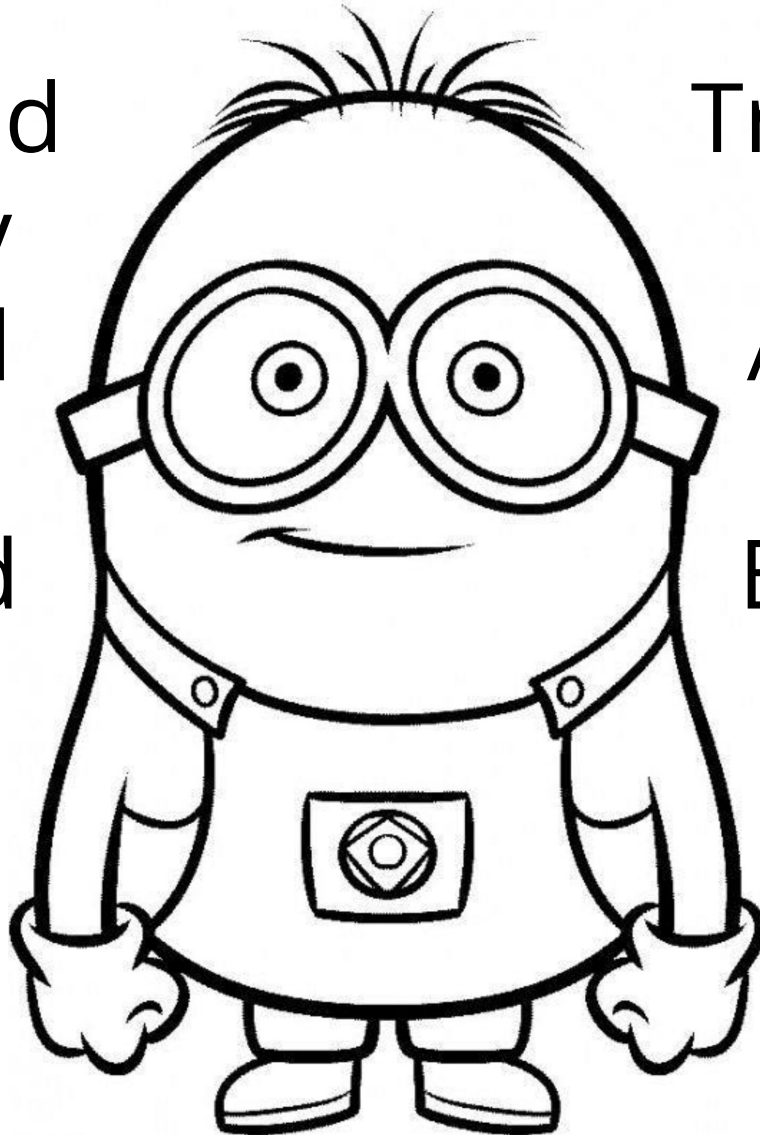


How do I feel Today?

¿Cómo me siento hoy?

Sad
Happy
Scared
Nervous
Mad
Bored
Excited



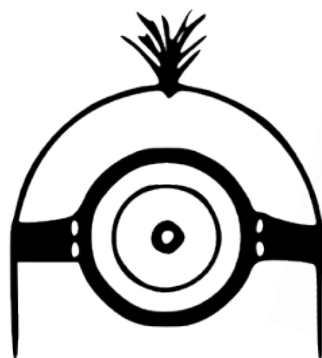
Triste
Feliz
Asustado
Nervioso
Enojado
Aburrido
Emocionado

**If you are Sad, Scared,
Nervous, or Mad**

Talk to a trusted
adult or friend

**Si estas triste, asustado,
nervioso o enojado**

Habla con un adulto de
confianza



Here to help! If you or someone you know needs help, please call:

911 if someone is in danger

211 if you need help with basic needs like food, shelter, clothing

800-252-5400 if you or someone you know is being abused
Texas Abuse Hotline

800-273-8255 if you have feelings of hurting yourself
National Suicide Prevention Lifeline

833-251-7544 COVID-19 Mental Health Support Line

Aquí estamos para ayudar! Si solicita a alguien, por favor déjenos saber, llame:

911 si alguien está en peligro

211 si solicita ayuda con cosas esenciales como comida, hospedaje, y ropa

800-252-5400 si usted o alguien que conoce ha sido abusado
Texas Abuse Hotline

800-273-8255 si usted tiene pensamientos de hacerse daño
National Suicide Prevention Lifeline

833-251-7544 Covid-19 línea de apoyo de salud mental



972-937-1870

<https://www.elliscountycac.org/resources>

