Información

Gracias por la información que has compartido con nosotros en el proyecto Bootstrap. A veces, hablar sobre estos temas puede hacernos reflexionar sobre el tiempo que pasamos conectados, las situaciones que estamos viviendo o cómo nos sentimos. Si tienes preocupaciones sobre tu salud mental, hay personas que pueden ofrecerte apoyo.

¿Quién te puede ayudar?

- Tus padres (o adultos responsables), que podrán ayudarte a solicitar cita en el Centro de Salud.
- Tu tutor o el equipo directivo de tu centro, que podrán valorar que intervenga el equipo enlace-colegios.

También podrás encontrar ayuda en los siguientes contactos:

- Telefono de ayuda para niños y adolescentes **116111**. Gratuito, anónimo y atendido por psicólogas/os, así como el Chat ANAR (www.anar.org).
- **Urgencias de Hospital Gregorio Marañón** en caso de que necesites ayuda urgente.

Funded by the European Union
This work was funded by the European Union (BootStRaP project, grant number: 101082281). Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Health and Digital Executive Agency (HADEA). Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.
UKRI Innovate UK
This work was supported by the UKRI Innovate UK program.
Project funded by
Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra
Swiss Confederation
Federal Department of Economic Affairs, Education and Research EAER
State Secretariat for Education, Research and Innovation SERI