

## If You Need Some Help

The offices that support this survey would like to thank you for taking part. All surveys are anonymous. Surveys will only be used to learn about health behaviors of young people. This information will help us better meet students' needs.

If you have questions about the survey, you can call Jennifer Sabel, Principal Investigator, Department of Health, 360-236-4248. Collect calls will be accepted. If the survey bothered or upset you and you want to talk to someone about it, here are some numbers to call. We suggest you do one of these things right away if you feel uncomfortable and would like help:

- Talk to an adult you trust in your family or community, such as your parents or religious leader.
- Talk to an adult you trust at school, such as a teacher, counselor, nurse, intervention specialist, or principal.
- Call one or more of the places listed below for emotional support and to find out where to get help.

Name	Number	Spanish Speaking	Confidential	Cost
<b>Care Crisis Response Services</b> (mental health)	(800) 584-3578	Tele-Interpreter Available	Yes	None
<b>Girls' and Boys' Town 24-Hour Hotline</b> (abuse, anger, school issues, chemical dependency, relationships and depression)	(800) 448-3000	Yes	Yes	None
<b>Domestic Violence Hotline</b>	(800) 562-6025 (800) 799-7233	Tele-Interpreter Available	Yes	None
<b>National Eating Disorders Association</b>	(800) 931-2237	No	Yes	None
<b>Washington Recovery Help Line –24 hours</b>	(866) 789-1511	Yes	Yes	None
<b>National Suicide Prevention Lifeline</b>	(800) 273-TALK (8255)	Yes	Yes	None
<b>National Sexual Assault Hotline</b>	(800) 656-HOPE (4673)	Yes	Yes	None
<b>Teen Link</b> –teen volunteers 6-10 pm www.866TEENLINK.org	(866) 833-6546	No	Yes	None
<b>Washington Information Network</b>	2-1-1	Yes	Yes	None
<b>24 hour Crisis Text Line</b>	Text "GO" to 741-741	No	Yes	None
<b>Young Women's Christian Association</b> (YWCA; rape/sexual assault)	(800) 695-0162	Yes	Yes	None

## En caso de que necesites alguna ayuda

Las oficinas que provienen esta encuesta desean agradecerle por su participación. Esta encuesta es anónima. Su información se utilizará solamente para comprender el comportamiento de salud de los jóvenes. Esta información nos ayudará a atender mejor las necesidades de los estudiantes.

Si tiene preguntas acerca de esta encuesta, llame a Jennifer Sabel, Investigadora Principal del Departamento de Salud, al 360-236-4248. Se aceptan llamadas por cobro revertido. Si la encuesta le ha causado alguna molestia o le alteró, y desea hablar con alguien, aquí hay algunos números a los que puede llamar. Le sugerimos que haga una de las siguientes cosas inmediatamente si se siente incómodo(a) y desea ayuda:

- Hable con una persona adulta en su familia o en la comunidad en quién confía, como sus padres o un líder religioso.
- Hable con una persona adulta en su escuela, como un maestro, consejero(a), enfermero(a), especialista en intervención, o director.
- Llame a uno o más de los recursos que se describen a continuación para apoyo emocional y para averiguar dónde obtener ayuda.

Nombre	Teléfono	Se habla español	Confidencial	Costo
<b>Care Crisis Response Services</b> (salud mental)	(800) 584-3578	Disponible servicios de intérprete por teléfono	Si	Ninguno
<b>Girls' and Boys' Town número de emergencia las 24 horas</b> (abuso, ira, problemas escolares, dependencia de drogas, relaciones y depresión)	(800) 448-3000	Si	Si	Ninguno
<b>Número de emergencia para la violencia doméstica</b>	(800) 562-6025 (800) 799-7233	Disponible servicios de intérprete por teléfono	Si	Ninguno
<b>National Eating Disorders Association</b> (Asociación Nacional para Trastornos Alimenticios)	(800) 931-2237	No	Si	Ninguno
<b>Número de Asistencia para Recuperación de Washington – 24 horas</b>	(866) 789-1511	Si	Si	Ninguno
<b>National Suicide Prevention Lifeline</b> (Número de emergencia nacional para prevención del suicidio)	(800) 273-TALK (8255)	Si	Si	Ninguno
<b>National Sexual Assault Hotline</b> (Línea nacional de emergencia para casos de agresión sexual)	(800) 656-HOPE (4673)	Si	Si	Ninguno
<b>Teen Link – voluntarios adolescents</b> 6-10 pm <a href="http://www.866TEENLINK.org">www.866TEENLINK.org</a>	(866) 833-6546	Si	Si	Ninguno
<b>Cadena de Información de Washington</b>	2-1-1	Si	Si	Ninguno
<b>Número de Text para Crisis de 24 Horas</b>	Text "GO" al 741-741	No	Si	Ninguno
<b>Asociación Cristiana de Mujeres Jóvenes</b> (YWCA, violación/agresión sexual)	(800) 695-0162	Si	Si	Ninguno