

# 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 one of the people listed at the bottom of the page. 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 to find out where to get help.
- Call the person listed at the bottom of this page for more information about the survey.

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>National Hope Line Network</b>	(800) SUICIDE (784-2433)	Tele-Interpreter Available	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> www.866TEENLINK.org	(866) 833-6546	Yes	Yes	None
<b>Washington State Department of Health Consumer Assistance</b> (for health-related questions)	(800) 525-0127	Yes	Yes	None

Lillian Bensley, Principal Investigator, DOH, 360-236-4248. Collect calls will be accepted.

# En caso de que necesites alguna ayuda

Las oficinas que apoyan esta encuesta desean agradecerte por participar. Todas las encuestas son anónimas. Las encuestas se utilizarán solamente con el propósito de aprender acerca de los comportamientos de salud de la gente joven. Esta información nos ayudará a poder cubrir mejor las necesidades de los estudiantes.

Si tienes preguntas acerca de la encuesta, puedes llamar a una de las personas que se listan al final de la página. Si la encuesta te causó molestia o te afectó y deseas hablar con alguien acerca de esto, aquí hay algunos números a los que puedes llamar. Te sugerimos que hagas una de las siguientes cosas inmediatamente si te sientes incómodo(a) y deseas ayuda:

- Habla con una persona adulta en tu familia o en la comunidad en quién confías, tal como tus padres o un líder religioso.
- Habla con una persona adulta en tu escuela, tal como un maestro, consejero, enfermera, especialista en intervención o director.
- Llama a uno o más de los lugares que se describen a continuación para averiguar dónde obtener ayuda.
- Llama a la persona indicada al final de esta página para obtener mayor información sobre la encuesta.

Nombre	Número	Se habla español	Confidencial	Costo
<b>Care Crisis Response Services</b> (salud mental)	(800) 584-3578	Se dispone de servicios de intérprete por teléfono	Sí	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	Sí	Sí	Ninguno
<b>Número de emergencia para prevenir la violencia doméstica</b>	(800) 562-6025 (800) 799-7233	Se dispone de servicios de intérprete por teléfono	Sí	Ninguno
<b>National Eating Disorders Association (Asociación Nacional para Trastornos Alimenticios)</b>	(800) 931-2237	No	Sí	Ninguno
<b>National Hope Line Network (Red Nacional Hope Line)</b>	(800) SUICIDE (784-2433)	Se dispone de servicios de intérprete por teléfono	Sí	Ninguno
<b>National Suicide Prevention Lifeline (Número de emergencia nacional para prevención del suicidio)</b>	(800) 273-TALK (8255)	Sí	Sí	Ninguno
<b>National Sexual Assault Hotline (Línea nacional de emergencia para casos de agresión sexual)</b>	(800) 656-HOPE (4673)	Sí	Sí	Ninguno
<b>Teen Link</b> www.866TEENLINK.org	(866) 833-6546	Sí	Sí	Ninguno
<b>Washington State Department of Health Consumer Assistance (Asistencia al Consumidor del Departamento de Salud del Estado de Washington)</b> (para preguntas relacionadas a la salud)	(800) 525-0127	Sí	Sí	Ninguno

Lillian Bensley, Investigadora Principal) DOH, 360-236-4248. Se aceptarán llamadas por cobrar.