



# Hola, soy Hope.

## ¿En qué puedo ayudarte?

---

¡**Hope** es un servicio de chat gratuito, que mediante el uso de la tecnología Chatbot ofrece apoyo y estrategias para manejar el estrés y la ansiedad del día a día!

Envía un mensaje de texto “Hola” a Hope al 1-202-949-7249 o visita [facebook.com/HopeCCUSA](https://facebook.com/HopeCCUSA)  
código de inicio: CCCNMO

- Hope es anónimo, privado y disponible 24/7.
- Es un servicio probado, basado en la fe, y el apoyo de la salud emocional y mental.
- Hope se basa en tecnología probada para ofrecer ayuda personalizada a la salud mental cuando y donde la necesite. Se usa por más de 13 millones de usuarios en todo el mundo.



**Si está experimentando una crisis y/o pensamientos suicidas, LLAME or ENVÍE UN MENSAJE DE TEXTO a la Línea de Prevención del Suicidio y Crisis al 988**