IDIOMA DE LOS MENSAJES DE TEXTO

El uso de mensajes de texto atentos puede mejorar la comunicación y se puede lograr mejores resultados EVITE usar lenguaje abreviado, también conocido como "textese"

En Vez de Esto	Diga Esto
¿Kmo 'tas ahra?	¿Cómo se encuentra hoy?
Piense en lo que podría perder sí tiene una recaída	Piense en todo lo que ha logrado por mantenerse sobrio(a)
Sú trabajo en el grupo es apreciado	¡Yo/Nostros aprecio/amos todo el trabajo que ha hecho en el grupo!
Unas personas encuentran que es útil el hacer una lista de metas para el próximo año	Pase cinco minutos el día de hoy escribiendo algunas metas para el próximo año

Mande mensajes de texto que son positivos, directos, y personalizados

SAMHSA
Substance Abuse and Mental Health Services Administration

Mountain Plains ATTC (HHS Region 8)
ATTC Addiction Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

National Hispanic and Latino
ATTC Addiction Technology Transfer Center Network
Funded by Substance Abuse and Mental Health Services Administration

El material contenido en esta publicación puede ser usado sin cualquier permiso. Copyright © 2019 por el Centro Regional Mountain Plains de Capacitación y Asistencia Técnica en Adicción (MPATTC), University of North Dakota, 400 Oxford Street, Grand Forks, ND 58202, y University of Nevada, Reno, 1664 N. Virginia Street, Reno, Nevada 89557. Esta publicación fue fundada debajo de un acuerdo corporativo TI-080200 de la Administración de Servicios de Salud Mental y Abuso de Sustancias (SAMHSA, por sus siglas en inglés) Centro de Tratamiento por Uso de Sustancias (CSAT, por sus siglas en inglés). El material contenido en esta publicación puede ser usado sin cualquier permiso. Pero cualquier publicación debe de proveer crédito a Centro Regional Mountain Plains de Capacitación y Asistencia Técnica en Adicción. Mountain Plains ATTC (HHS Region 8) Colorado, Montana, North Dakota, South Dakota, Utah, Wyoming (775) 784-6265 • mountainplains@ATTCnetwork.org

Translations done by and for the Mountain Plains ATTC are prepared by internal staff and reviewed/edited by collaborating partners, the National Hispanic and Latino ATTC. While reasonable efforts are made to provide accurate translations, acknowledging the diversity of Spanish and English Language, some words/phrases may differ.