

PREVENTION FIRST

Social Media Guide

This guide aims to provide social media strategies and messaging for your FY27 Spanish Middle School Alcohol Prevention Communication Campaign.

When you post on social media, consider a few strategies that improve engagement. It is helpful to include images and other media posts. You can find curated graphics in the Groupsite folder and text to add to your posts in this document. Consider including relevant hashtags and account handles or like, share, and retweet other posts.

To create a post, follow these three steps:

1. Add a picture, video, website, or article link
2. Add relevant text
3. Add relevant accounts and hashtags

Social Media Messaging:

Below you can find campaign images with suggested messaging to accompany the post. While selecting the graphics and messaging, the text should make sense with the image you are posting and follow the campaign objectives. Consider tailoring the messaging by changing/adding text, hashtags, tags, or research sources relevant to your target audience. The content below can be used on any social media platform, including Facebook, Instagram, and Twitter.

SPRINGFIELD



2800 Montvale Drive
Springfield, Illinois 62704

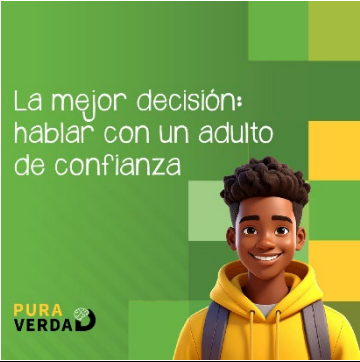



prevention.org
p: 217.793.7353 / 800.252.8951
f: 217.793.7354





CHICAGO





640 N. LaSalle Drive, Suite 638
Chicago, Illinois 60654

prevention.org
p: 312.988.4646 / 800.252.8951
f: 312.988.7096

IMAGE	POST COPY
 <p>SIN RODEOS. Con tu gente. El verdadero apoyo.</p> <p>PURA VERDAD</p>	<p>¿Te sientes mal? El alcohol empeora las cosas porque altera el estado de ánimo. ¿Cómo te puedes sentir mejor? Habla con un adulto de confianza — familiar, consejero o entrenador. El apoyo de alguien es ayuda de verdad. Fuente: https://bit.ly/3M6tPOA (National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism)</p>
 <p>¿Sientes que ya no puedes más? Habla con un adulto de confianza.</p> <p>PURA VERDAD</p>	<p>El alcohol es un depresor — te baja el ánimo y te hace sentir peor que antes. Y si bebes más, peor te sentirás. La mejor solución: hablar con un adulto de confianza. Fuente: https://bit.ly/3M6tPOA (National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism)</p>
 <p>Sin alcohol, eres tu mejor versión</p> <p>PURA VERDAD</p>	<p>El alcohol afecta la capacidad de atención y la coordinación que son necesarias para triunfar en la escuela y en los deportes. Tu cerebro todavía está creciendo. ¡Cuidalo! Fuente: https://bit.ly/4snC9LR (National Library of Medicine)</p>
 <p>Mente clara, sin alcohol</p> <p>PURA VERDAD</p>	<p>Las investigaciones demuestran que el alcohol reduce la coordinación visomotriz (ojo-mano), que necesitas para todo, desde los deportes hasta para conducir. Cuida tus habilidades y tu potencial. Fuente: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16822341/ (National Library of Medicine)</p>

	<p>Cuando hay alcohol de por medio, es más difícil tomar decisiones sabias. Con la mente despejada, eliges mejor y tienes mejor autocontrol.</p> <p>Fuente: https://bit.ly/4ai5C2Q (Northwestern Medicine)</p>
	<p>El alcohol afecta la parte del cerebro que te permite tomar decisiones responsables. Cuando esa parte falla, actúas sin pensar en las consecuencias.</p> <p>Fuente: https://bit.ly/4ai5C2Q (Northwestern Medicine)</p>
	<p>Tu cerebro todavía está creciendo y desarrollando nuevas habilidades. El alcohol puede dañar partes claves del cerebro encargadas de aprender y recordar.</p> <p>Fuente: https://bit.ly/4q4Bv3N (National Library of Medicine)</p>
	<p>Tu cerebro se desarrolla hasta los 25 años y cada día es más fuerte e inteligente. El alcohol puede frenar todo ese progreso.</p> <p>Fuente: https://bit.ly/4q4Bv3N (National Library of Medicine)</p>

<p>Vive bien y saludable, sin alcohol</p> 	<p>El cerebro controla cómo te sientes, pero el alcohol puede dañarlo y provocar depresión. Si estás pasando por un momento difícil, habla con un adulto de confianza y evita el alcohol. Fuente: https://bit.ly/4rHyo2q (Child Mind Institute)</p>
<p>¿Con el ánimo por el suelo? Habla con un adulto de confianza.</p> 	<p>Lo que sientes es real. El alcohol debilita las partes del cerebro que controlan las emociones y aumenta el riesgo de depresión y ansiedad. Protege tu salud mental; habla con un adulto de confianza. Fuente: https://bit.ly/4rHyo2q (Child Mind Institute)</p>
<p>¿Sin ánimos? Habla con alguien de confianza.</p> 	<p>El alcohol puede aumentar el riesgo de depresión. Si necesitas ayuda, habla con un adulto de confianza. Fuente: https://bit.ly/4sYK1mT (Child Mind Institute)</p>
<p>Habla con alguien que te apoye y evita el alcohol.</p> 	<p>¿No sabes cómo manejar lo que sientes? Beber alcohol en la adolescencia puede aumentar el riesgo de depresión y ansiedad. La mejor opción es hablar con un adulto de confianza. Fuente: https://bit.ly/4sYK1mT (National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism)</p>

	<p>Cada decisión que tomas define quién eres en realidad. El alcohol nubla tu autocontrol y puede llevarte a tomar decisiones arriesgadas. Fuente: https://bit.ly/3NROAzT (National Library of Medicine)</p>
	<p>Cuando tienes la mente despejada, eres capaz de tomar mejores decisiones. El alcohol afecta al juicio y al control de los impulsos. El poder de elegir es todo tuyo. Fuente: https://bit.ly/3NROAzT (National Library of Medicine)</p>
	<p>Todo tu trabajo merece buenos resultados. Los estudios confirman que el alcohol está relacionado con bajas calificaciones. No dejes que nada te detenga. Enfócate en tus metas y evita el alcohol. Fuente: https://bit.ly/3NUhVtz (CDC)</p>
	<p>Los estudios demuestran que beber alcohol en la adolescencia afecta negativamente las calificaciones. Échale ganas en la escuela y aléjate del alcohol. Fuente: https://bit.ly/3NUhVtz (CDC)</p>