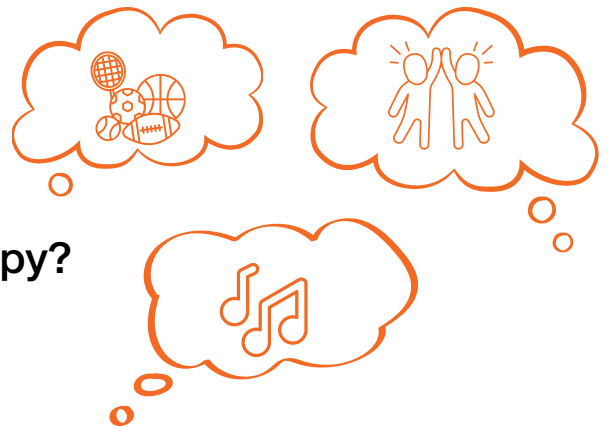


# What does it mean to have a

## Natural High?

### **Think**

What activities make you feel happy?  
What are you passionate about?  
What makes you feel inspired?



### **Go Deeper**

Why do you feel happy when you enjoy those activities?  
Why do you feel inspired when you enjoy those activities?  
Why do you choose those activities over others?

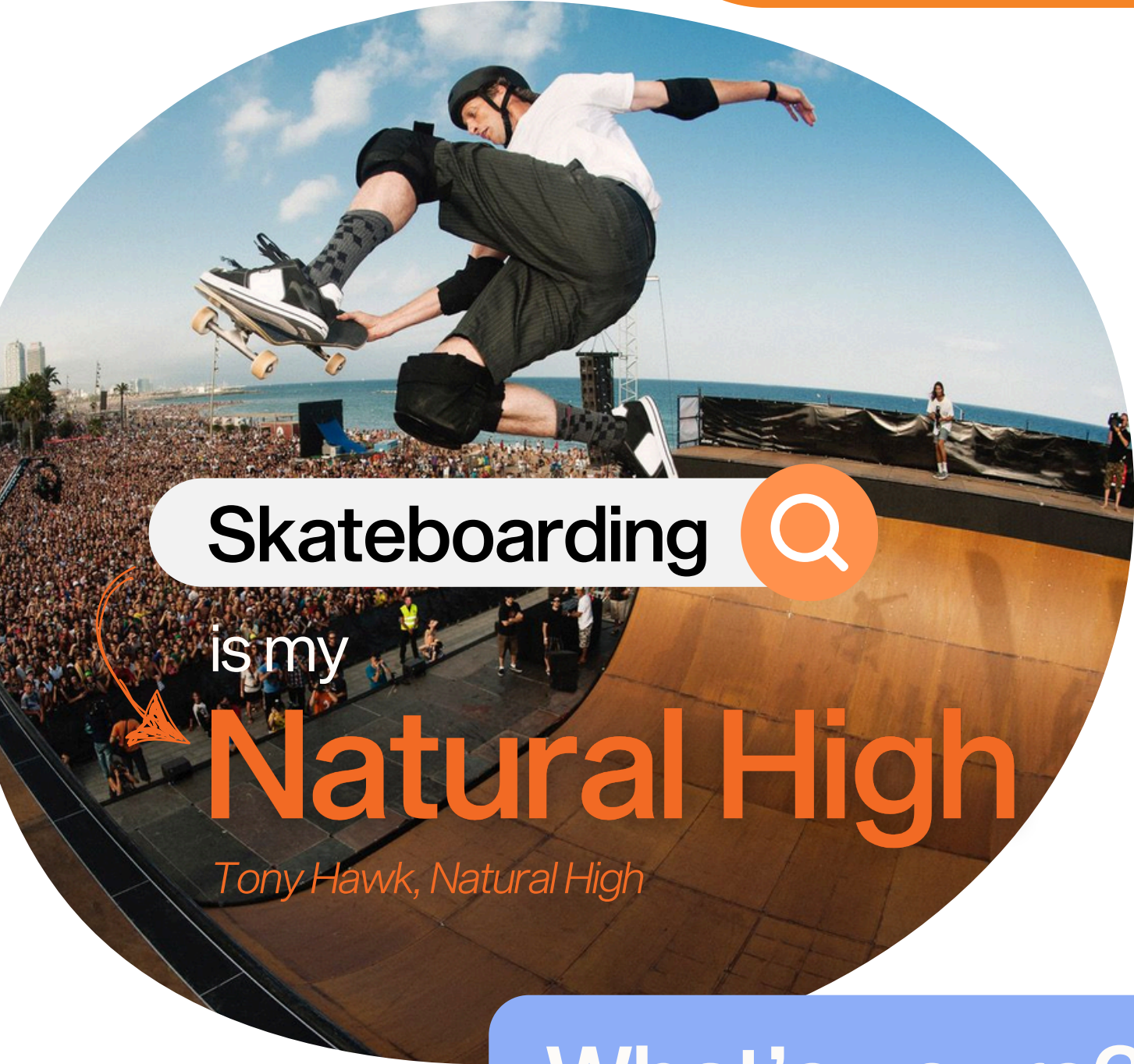
### **Do it!**

Now that you've identified what you enjoy, go do it!

A **Natural High** is any substance free activity that makes you feel **good**. Find your natural high and live a **drug free life**.



Scan for more resources on substance abuse prevention for parents and teens



Skateboarding 

is my

**Natural High**

*Tony Hawk, Natural High*

What's yours?





Music is my



# Natural High

*Echosmith, Natural High*

What's Yours?

Scan for more resources on substance abuse prevention for parents and teens



# ¿Qué significa tener un

## Natural High?



### *Piense*

- ¿Qué actividades le hacen sentirse feliz?
- ¿Qué le apasiona?
- ¿Qué le hace sentirse inspirado?



### *Profundice*

- ¿Por qué se siente feliz cuando disfruta de esas actividades?
- ¿Por qué se siente inspirado cuando disfruta de esas actividades?
- ¿Por qué elige esas actividades en lugar de otras?



### *¡Hágalo!*

Ahora que ha identificado lo que le gusta, ¡hágalo!

Un **Natural High** es cualquier actividad libre de sustancias que le haga sentirse **bien**.

Encuentre su Natural High y viva una

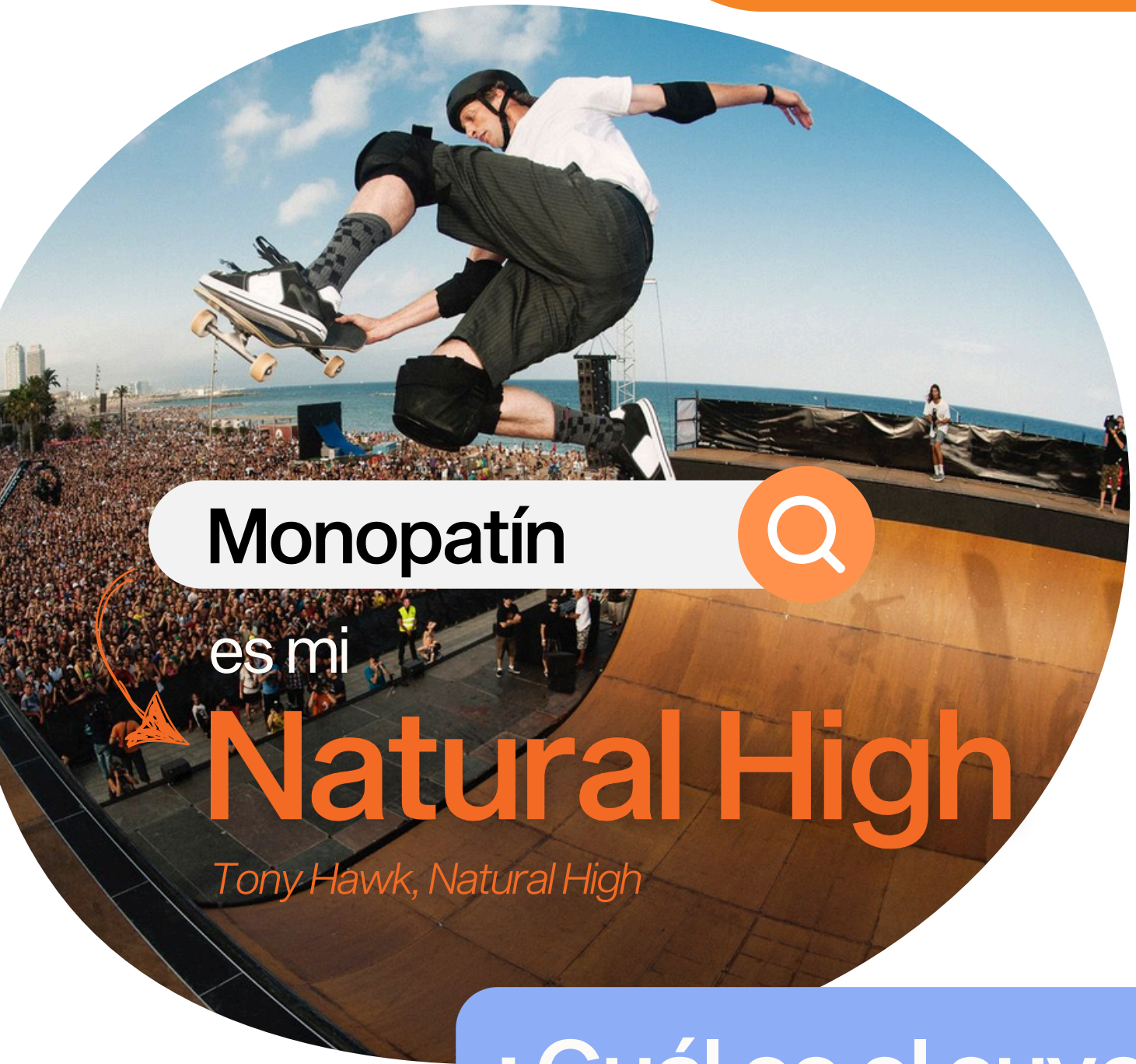
**vida sin drogas.**

Para más recursos visite [naturalhigh.org](http://naturalhigh.org)





Escaner para  
recursos de  
prevención de  
drogas para padres y  
adolescentes.



**Monopatín** 

es mi

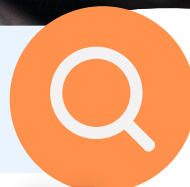
# Natural High

*Tony Hawk, Natural High*

¿Cuál es el suyo?



La música es mi



# Natural High

*Echosmith, Natural High*

¿Cuál es el suyo?

Escaner para  
recursos de  
prevención de  
drogas para padres y  
adolescentes.



**NH** NATURAL HIGH