



#SoyezLà

pour aider à sauver une vie

Voyez les 5 mesures d'action au verso

Découvrez les signes
avant-coureurs du suicide
ainsi que des conseils au
btshelp.org/bethe1to
ou utilisez le code QR



Les 5 mesures d'action pour aider à sauver une vie

1. DEMANDEZ
2. SOYEZ PRÉSENT
3. PRÉSERVEZ LEUR SÉCURITÉ
4. AIDEZ-LES À GARDER LE CONTACT
5. FAITES LE SUIVI



9-8-8

Si vous tentez d'apporter votre aide à quelqu'un qui traverse une crise, la Ligne d'aide en cas de crise de suicide peut également vous fournir assistance et soutien.