

"J'aimerais le/la rejoindre..."

"Je me sens coupable"

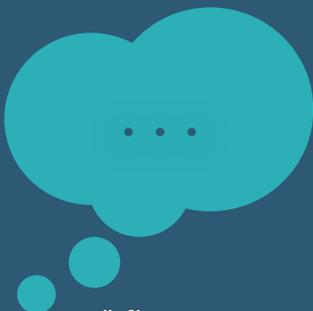
"Ce n'est pas vrai"

"Je suis soulagé.e"

"Que vont penser les autres...?"

"Je souffre"

"Je me sens triste"



"C'est ma faute"

"Je me sens seul.e"

"J'ai peur que cela se reproduise"

"J'ai honte"

"Je suis en colère"

"Je ne vais plus pouvoir avancer"

Il est normal de ressentir des émotions fortes, parlons-en...

SuvaPsy-Famille

Equipe de soutien téléphonique pour les familles et proches récemment endeuillés par suicide ou confrontés au geste suicidaire grave d'un membre de leur entourage



- Sans rendez-vous
- Ecoute, soutien, accompagnement et orientation
- Empathie et bienveillance
- Espace de paroles
- Suivi

Comment nous solliciter ?

Appelez ou envoyez un sms - pour vous même ou pour un proche - directement au **07.62.00.76.73**.

Un professionnel formé est à votre écoute du lundi au vendredi de 10h à 16h.

En cas d'urgence, contactez le 15

DISPOSITIF SUVAPSY - FAMILLE



07.62.00.76.73
(gratuit)

lundi - vendredi
10h - 16h



Quelques conseils :



Prenez du temps
pour vous, du repos

Partagez vos sentiments,
vos peurs,
votre peine...

Maintenez un lien
social, reprenez des
activités

Trouvez du réconfort
auprès d'un interlocuteur
de confiance

**FAMILLES ET ENTOURAGE RÉCEMMENT ENDEUILLÉS
PAR SUICIDE OU CONFRONTÉS AU GESTE
SUICIDAIRE GRAVE D'UN PROCHE**



Culpabilité
Isolement
Traumatisme
Anxiété
Dépression
Deuil ...

Centre Hospitalier Charles Perrens 121 Rue de la Béchade, Bordeaux