



SE VOCÊ PENSAR EM SUICÍDIO BUSQUE AJUDA!

É importante que as pessoas que estejam passando por momentos de crise busquem ajuda. O ideal é um acompanhamento psicológico, além do apoio da família e dos amigos. Para isso, é essencial que as pessoas consigam falar sobre o que sentem.

Se você estiver com sérios problemas e chegar a considerar o suicídio, pode procurar ajuda entrando em contato com o Centro de Valorização à Vida (CVV).

Esse é um projeto que fornece apoio emocional e prevenção do suicídio. Através de telefone, e-mail e chat 24 horas todos os dias da semana, eles atendem de forma voluntária e gratuita todos que precisam conversar. O serviço é totalmente sigiloso.

SETEMBRO *Amarelo*



Kethem Minussi da Silveira;
Julyanne Maciel Maia Gonzales da Costa.
Agradecemos sua atenção!



SETEMBRO **amarelo**

Falar é a melhor *solução*





COMO AJUDAR:

TENHA EMPATIA

Mostre que você se importa com a pessoa e com seus sentimentos

NÃO JULGUE

Não menospreze os sentimentos da pessoa

ENTENDA

E explique que a depressão é uma doença, que você não acha que ela está fazendo drama

ENCORAJE

A pessoa a conversa com um profissional



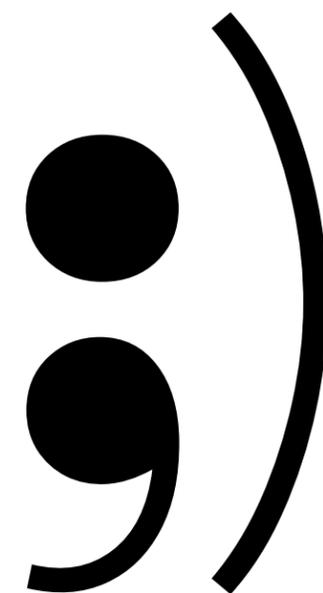
mês da prevenção e do **COMBATE** ao suicídio



Não julgue! Ajude quem precisa!

Ao invés de um ponto final,

**vamos
usar uma
vírgula.**



Em setembro de 1994, nos Estados Unidos, o jovem de 17 anos Mike Emme cometeu suicídio. Ele tinha um Mustang 68 (carro) amarelo e, no dia do seu velório, seus pais e amigos decidiram distribuir cartões amarrados em fitas amarelas com frases de apoio para pessoas que pudessem estar enfrentando problemas emocionais.