

# SIGNES PRÉCURSEURS DU SUICIDE

- Colère
- Désespoir
- Beaucoup s'inquiéter
- Actions dangereuses
- Aucune raison de vivre
- Troubles du sommeil
- Se sentir pris au piège
- Éviter les amis / activités sociales
- Parler de ou écrire sur la mort
- Tristesse persistante

**L'AIDE EST DISPONIBLE.** Les lignes de secours par téléphone et texto sont disponibles 24 / 24.

Allez voir  
votre  
conseiller ou  
psychologue  
scolaire.

LIGNE DE SECOURS NATIONALE POUR LA PRÉVENTION DU SUICIDE

**SUICIDE** PREVENTION  
**LIFELINE**<sup>TM</sup>

1-800-273-TALK (8255)

[suicidepreventionlifeline.org](http://suicidepreventionlifeline.org)

Je ne vais pas bien.

Je suis là  
et je vous écoute.

Vous allez y arriver. Textez **hello** au 741741.

LIGNE DE TEXTE  
DE CRISE |



LES ÉCOLES PUBLIQUES DU COMTÉ DE PRINCE GEORGE • [www.pgcps.org](http://www.pgcps.org)