

premiers secours psychologiques

accompagnement et soutien
dans les crises émotionnelles



1.

Cherchez le contact



2.

Prenez votre temps



3.

Abstenez-vous de donner
trop de bons conseils



4.

Sachez écouter,
dialoguer ou vous taire



5.

Soyez présent
et patient



6.

Ne jugez pas



7.

Gardez vos limites
personnelles



8.

Retenez les
numéros d'urgence



9.

N'hésitez pas à vous
faire aider au cas où



10.

Ne vous vexez pas si on
n'accepte pas votre aide

Wer Erste Hilfe für die Seele leistet, braucht keinen Verbandskasten, keine Medikamente und keinen Defibrillator. Was Sie für die Erste Hilfe für die Seele brauchen, haben Sie schon bei sich: Ihre Stimme, Ihre Ohren, Ihre Augen, Ihre Hände und Ihre Intuition.

www.erstehilfefuerdieseele.at



pro mente | **sucht**

PROJEKT **get.up**

