

Une aide peut vous être apportée par

Votre médecin de famille

Des psychologues

Fédération Suisse des Psychologues (FSP)

Tél. : 031 388 88 00

www.psychologie.ch

Des groupes d'entraide

Tél. : 061 333 86 01

www.infoentraidesuisse.ch

La Main Tendue

Tél. : 143 (24h, gratuit, anonyme), www.143.ch

Des conseils en ligne pour les jeunes

www.ciao.ch

TELME : soutien psychologique pour les enfants, les jeunes et les parents

Tél. : 147 (24h) / 021 324 24 15, www.telme.ch

Association vivre son deuil : lors d'un décès

Tél. : 079 412 39 63, www.vivresondeuil-suisse.ch

Fondation AS'TRAME : soutien lors d'un deuil, d'une maladie d'un enfant ou d'un adulte, www.astrame.ch

LAVI

Aide aux victimes d'infractions, agressions, violences ...

Tél. : 021 631 03 00, www.profa.ch

Le pasteur ou le curé de votre paroisse

Rega, service social et d'assistance

Tél. : 044 654 33 11