

Saviez-vous ? Lorsqu'une personne vit de la détresse, ce sont souvent ses proches qui s'en aperçoivent en premier. Si vous êtes dans une situation similaire, il est normal de vous questionner et d'avoir des craintes.

## RESSOURCES D'AIDE 24 / 7 À DÉPOSER DANS UNE SALLE À CAFÉ, SUR TON BUREAU OU MÊME COMME ORNEMENT DE SAPIN

- 1 Imprimez et coupez le long des lignes droites.
- 2 Pliez le long des lignes pointillées et utilisez de la colle pour que les languettes ne bougent plus.
- 3 Déposer le à la vue et partagez-le avec quelqu'un !

