



**“Je ne peux en parler
avec personne...”**

Avec nous, vous pouvez. En parler aide.

Nous sommes présent·es 24h/7
(durant la nuit, pour les urgences)

Confidentiel • Anonyme • Gratuit
Tél 143 • Tchat ou Mail sur www.143.ch

Tél 143 - La Main Tendue





**“Je ne peux en parler
avec personne...”**

Avec nous, vous pouvez. En parler aide.

Nous sommes présentes 24h/7
(durant la nuit, pour les urgences)

Confidentiel • Anonyme • Gratuit
Tél 143 • Tchat ou Mail sur www.143.ch

Tél 143 - La Main Tendue

