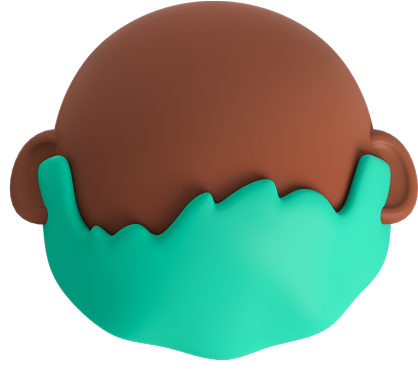


**CRAS SANTA CRUZ
CAMPANHA
SETEMBRO
AMARELO**

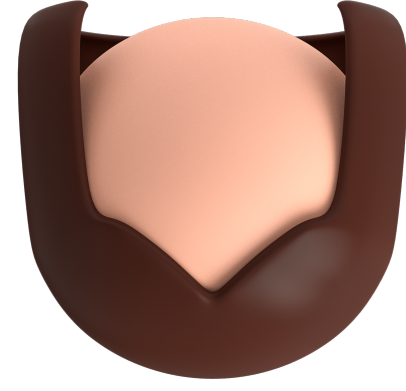


**SETEMBRO
amarelo**

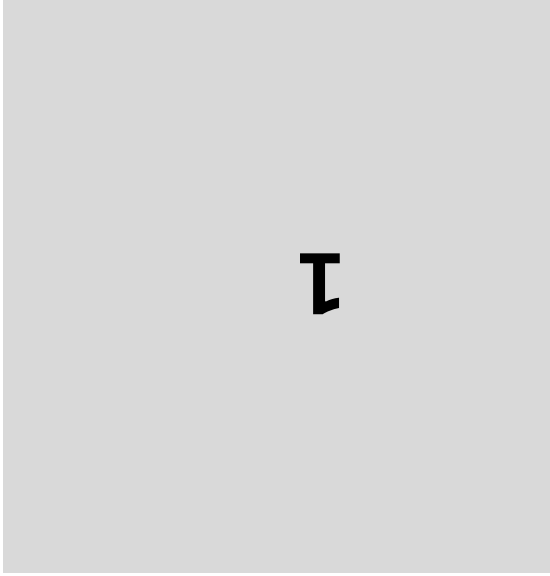




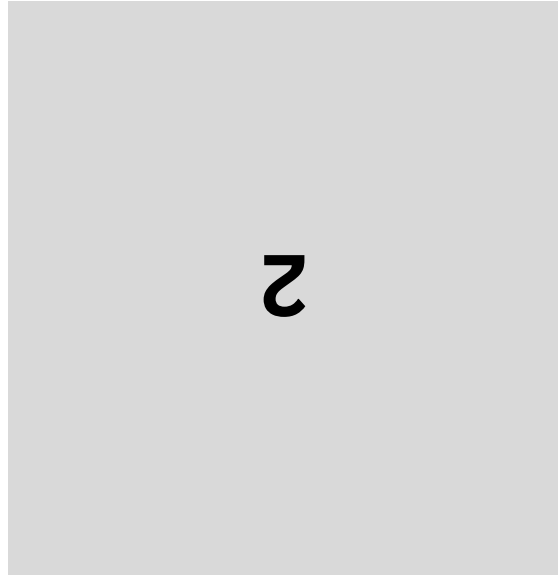
Como você se sente?



Como você se sente?

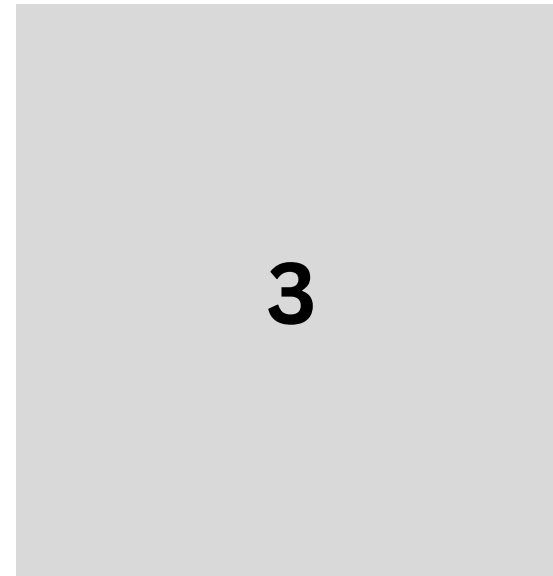
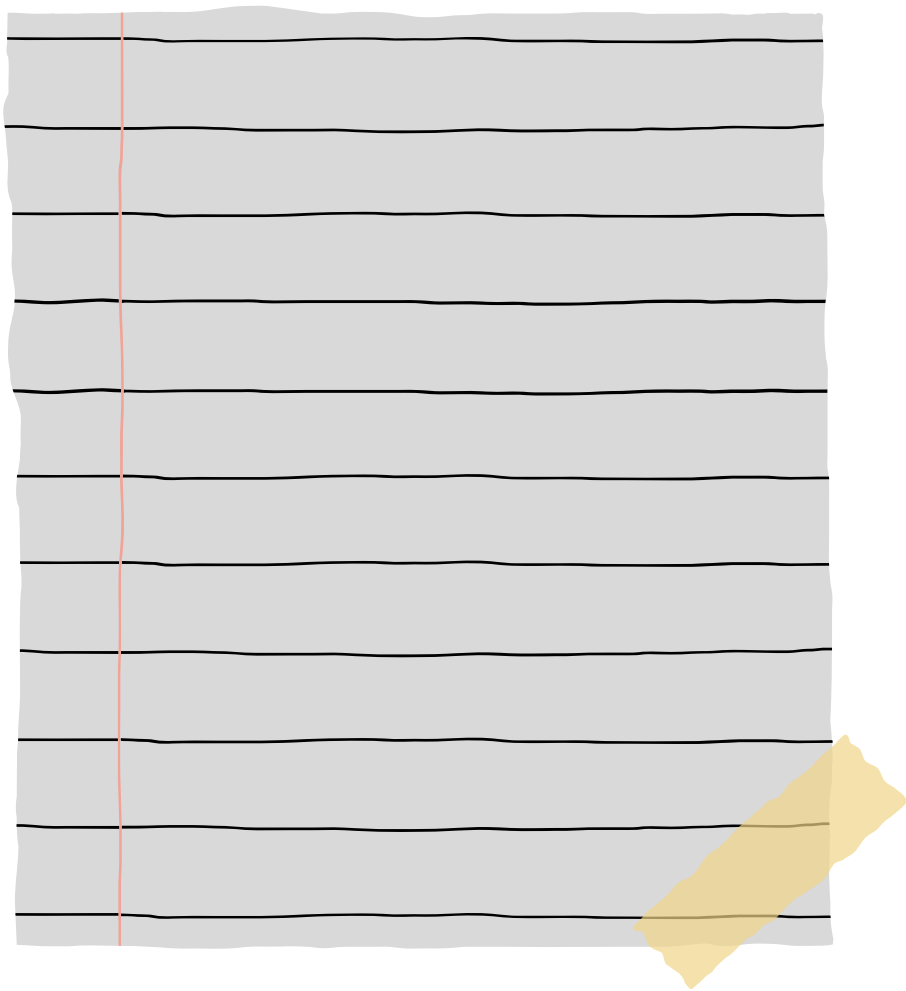


Quir as pessoas
faz parte de um
relacionamento (amizade,
namoro)



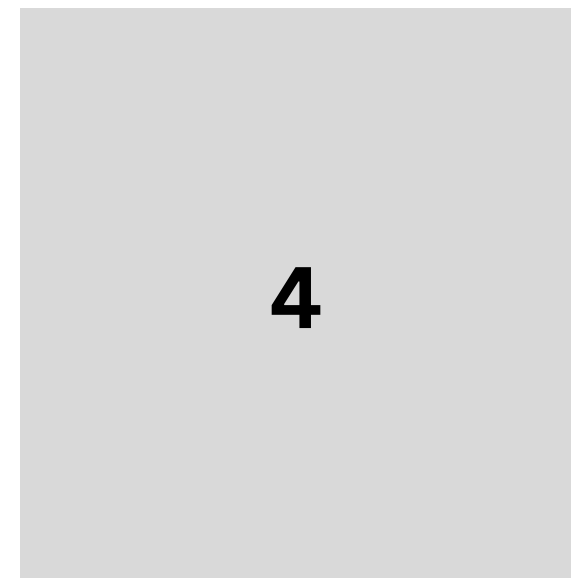
Cesto que ajuda o
próximo
a se sentir mais amado
e querido

Escreva um pouco sobre seu sentimento...



Fale sobre seus sentimentos

Faça amizades confiáveis e seja um bom amigo,



Seguem algumas dicas de como ajudar uma pessoa com ideiação suicida: Em uma conversa:

- Em primeiro lugar, ouça com atenção o que a pessoa está sentindo
- Não julgue, não tenha preconceito
- Não dê conselhos: “você precisa sair mais de casa”, “você precisa esquecer isso...”
- Demonstre que é alguém de confiança
- Não faça comparações
- Não mude de assunto, nem faça comentários do tipo: “anima-te”, “vai correr tudo bem”
- Não ria ou faça piadas
- Não hesite em questionar aberta e diretamente a ideia de suicídio: “você pensa em morrer?”

Atenção:
**não duvide de alguém
com ideiação suicida,
AJUDE!**



Não tenha preconceito e caso esteja sentindo que algo não vai bem PROCURE AJUDA. O médico psiquiatra e o psicólogo podem te orientar sobre o melhor tratamento para você ter qualidade de vida. Na falta de um desses profissionais, busque ajuda de um agente de saúde ou assistência social.

Sem o tratamento, a doença mental pode ser incapacitante. Segundo a Organização Mundial de Saúde, a doença mental é a segunda mais importante causa de incapacidade do mundo.

A Depressão é a doença mais ligada ao suicídio e QUALQUER PESSOA pode ter depressão. Assim como a Diabetes e a Hipertensão, a

Depressão é uma doença que tem tratamento.

Se você está passando por isso ou conhece alguém que está com sintomas como tristeza, desânimo, mudança de apetite, de sono, de humor, entre outros, procure ajuda.



1

2

3

4

