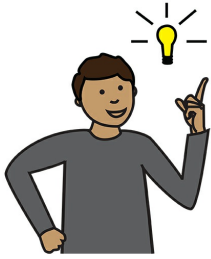


Krisplan suicid

Mina varningssignaler:



Mina egna strategier - att göra när jag mår dåligt



Sociala sammanhang och personer som kan få mig att må bättre:

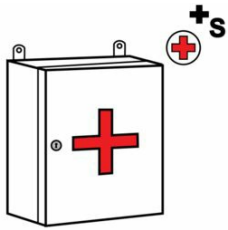


Personer jag kan be om hjälp (namn och telefonnummer):



Professionella kontakter:

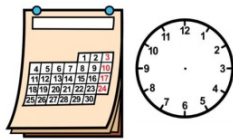




Så gör jag min omgivning säker:



Saker som är viktiga för mig att leva för:



Nästa besök: