

N'hésitez pas
à nous contacter !

2 Possibilités

Contacts à retrouver
au recto verso

■ Crise suicidaire : réagir avant
que ce ne soit trop tard ...

Dans un contexte perturbé (séparation,
deuil, difficultés professionnelles...), des
signes sont à prendre au sérieux :

- idées noires inhabituelles, repli sur soi, désir exprimé directement ou indirectement d'en finir,
- changement d'humeur et de comportement, avec tristesse, coupure de l'entourage, aspect négligé,
- consommation excessive d'alcool, de drogues, de médicaments,
- perte de goût pour les centres d'intérêt habituels (scolaire, professionnel, familial, de loisirs),
- fatigue importante, insomnie...

**UN OU PLUSIEURS DE CES SIGNES VOUS
PRÉOCCUPENT POUR VOUS-MÊME OU UN
DE VOS PROCHES ?**

- ▶ **N'hésitez pas à nous contacter, des professionnels pourront vous écouter, vous renseigner, vous guider pour des solutions... en toute discrétion.**



vous accompagner

Stop Mal-être

Se parler pour agir



Conception : MSA d'Ile-de-France - Adaptation : MSA Ain-Rhône - Crédits photos : CGMSA Service Images - Octobre 2021

Pour un soutien personnalisé
et un accompagnement souhaité :

**Stop Mal-être :
se parler pour agir**

📞 04 78 92 63 30

@ contact_mal_etre.blf@ain-rhone.msa.fr

ain-rhone.msa.fr



L'essentiel & plus encore

MSA Ain-Rhône
ain-rhone.msa.fr



L'essentiel & plus encore

1 STOP MAL-ÊTRE : SE PARLER POUR AGIR

2 AGRI'ÉCOUTE

Ne restez pas seul(e)

- ▶ Une situation de mal-être ou de détresse peut être liée à des difficultés professionnelles ou personnelles, un isolement, des problèmes sociaux, familiaux ou de santé ou au stress. Ne restez pas seul(e) face à ces risques, parlez-en.

Pour vous ou un proche

- ▶ Vous pouvez faire appel aux services d'Agri écoute ou de la cellule Stop Mal être pour vous-même, en qualité d'adhérent MSA. Vous pouvez également solliciter ces services pour votre entourage familial ou professionnel relevant de la MSA, en vous assurant si possible de l'accord de la personne concernée pour faire part de sa situation.

Stop Mal-être : se parler pour agir

«Stop Mal-être : se parler pour agir» est composé d'une psychologue, d'assistantes sociales et d'un infirmier en santé au travail, qui travaillent en lien avec d'autres services de la MSA. Son rôle :

- ▶ Apporter une écoute,
- ▶ Repérer les signes de mal-être qui peuvent conduire à un acte suicidaire,
- ▶ Orienter vers un accompagnement social, professionnel, médical ou psychologique,
- ▶ Proposer des actions de postvention (actions d'intervention après un suicide).

Contactez «Stop Mal-être : se parler pour agir» au **04 78 92 63 30**
@ : contact_mal_etre.blf@ain-rhone.msa.fr

Agri'écoute : un numéro accessible à tout moment

Agri'écoute est un service d'écoute en ligne. Accessible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, il permet de dialoguer anonymement et de façon confidentielle avec des professionnels formés.

Contactez Agri'écoute au **09 69 39 29 19**
(prix d'un appel local)



AGRI'ÉCOUTE
SERVICE D'ÉCOUTE 24H/24 ET 7J/7
DÉDIÉ AU MONDE AGRICOLE ET RURAL

09 69 39 29 19

(Prix d'un appel local)