



Public et partenaires

Mal-être
et idées suicidaires,
il y a toujours
une aide possible



santé
famille
retraite
services

www.msa44-85.fr

Loire-Atlantique - Vendée



Mal-être, quels sont les signaux d'alerte ?

Un état émotionnel de mal-être peut se traduire par des évocations plus ou moins directes :

« *J'ai des idées noires, j'ai envie de faire une bêtise* »

« *Je ne mange plus, je ne dors plus* »

« *Je n'ai pas ma place, je ne sers à rien* »

« *Je ne peux plus m'en sortir, je n'ai plus d'espoir* »

« *Je ne compte plus pour personne, je déçois tout le monde* »

L'accumulation de signaux d'alerte doit éveiller l'attention.

Que faire ?

Si vous êtes concerné vous-même ou une personne de votre entourage, il faut :

- oser en parler,
- demander de l'aide.

Comment et à qui ?

► **Votre médecin traitant :** ____/____/____/____/____

ou un **autre spécialiste :** ____/____/____/____/____

► **AGRI'ECOUTE : 09 69 39 29 19**

Un dispositif d'écoute accessible 24h/24, 7j/7 (prix d'un appel local).

Vous êtes accueilli par un psychologue, de manière anonyme, que vous pouvez rappeler pour un suivi à distance.

► **L'accueil social de la MSA**

Vous pouvez faire appel aux **travailleurs sociaux** de la MSA pour vous-même ou pour quelqu'un de votre entourage familial ou professionnel, avec son accord.

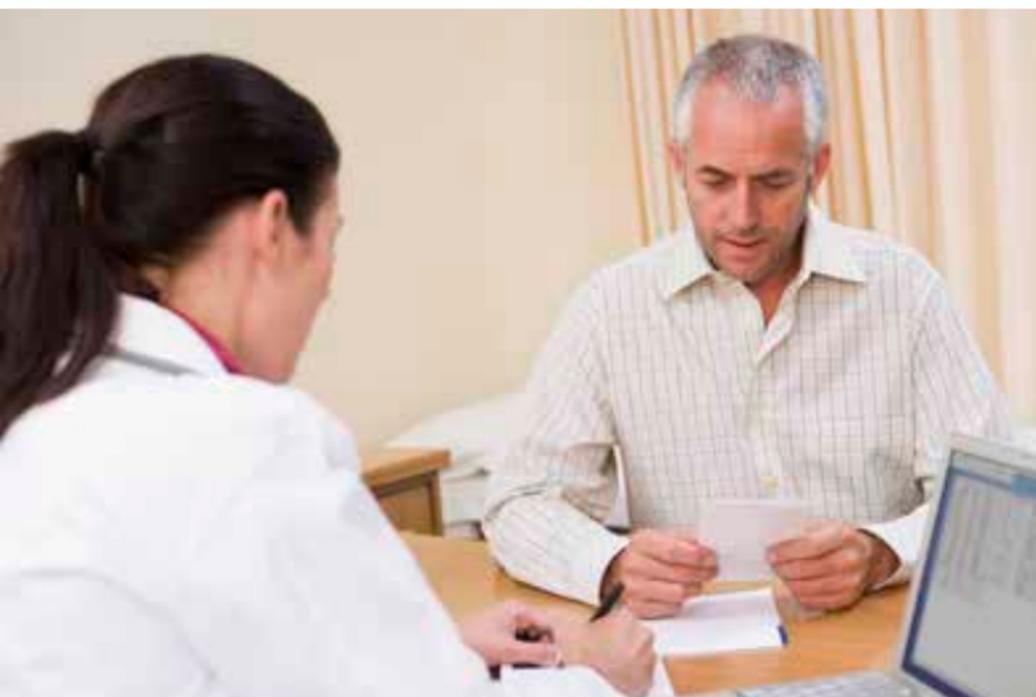
Le travailleur social pourra vous écouter, vous informer sur les ressources médicales locales, vous accompagner et vous orienter si besoin.

- Pour la Loire-Atlantique : **02 40 41 39 68**

- Pour la Vendée : **02 51 36 89 07**

de 8h30 à 12h00 et de 13h30 à 16h30
(avec possibilité de laisser un message).

► **En cas d'urgence médicale, contactez le 15**
(ou 112 à partir d'un téléphone portable).



je vais ~~me~~
m'en tirer ~~une~~
~~balle!~~
~~Adieu~~
Bises

Il n'est jamais trop tard
pour réécrire l'histoire.

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)

Date de mise à jour : 04/10/2018

MSA Loire-Atlantique - Vendée

33 boulevard Réaumur
85933 LA ROCHE SUR YON Cedex 9
2 impasse de l'Espéranto - Saint-Herblain
44957 NANTES Cedex 9
tél. 02 51 36 88 88
www.msa44-85.fr



santé
famille
retraite
services

L'essentiel & plus encore