

SEÑALES DE RIESGO DE SUICIDIO

Busque ayuda lo más pronto posible. Hable con un profesional de salud mental o llame/mensaje al 208-398-4357 si usted o alguien que usted conoce presenta los siguientes señales:

- Hablar de querer morir o matar a uno mismo.
- Estar buscando una manera de suicidarse, como buscar en el Internet o comprar un arma.
- Hablar sobre sentimientos de desesperanza o no tener razón para vivir.
- Hablar acerca de sentirse atrapado o con dolor insoportable.
- Hablar de ser una carga o una molestia para los demás.
- Aumentar el uso de alcohol o drogas.
- Actuar ansioso o agitado; comportarse imprudentemente.
- Dormir muy poco o demasiado.
- Retirar o sentirse aislado.
- Mostrar rabia o hablar sobre la búsqueda de venganza.
- Presentarse con cambios extremos o rápidos de humor.

(208) 398-HELP [4357]

La Línea de Vida es **GRATIS**,
confidencial y disponible siempre.

Ayude usted a un amigo, un ser querido, o usted mismo. Usted no tiene que ser suicida para usar la línea directa; cualquier persona es bienvenido a llamar.



Idaho
Suicide
Prevention
Hotline

IdahoSuicidePrevention.org
1-800-273-TALK [8255]
Oficina de negocios: 208-258-6990

CONTACT
usa

JeevesAds
You Just Can't Miss It!



a member of

NATIONAL
**SUICIDE
PREVENTION
LIFELINE**
1-800-273-TALK (8255)
suicidepreventionlifeline.org

a program of

j JANNUS
CHANGING LIVES

www.Jannus.org