

TA MATCHEN MOT EMOTIONELL ENSAMHET

- Uppmärksamma förändrat beteende hos en vän
- Ställ frågan hur hen mår – lyssna på svaret
- Att bita ihop och kämpa är inte den bästa lösningen
- Hjälp en vän att söka professionellt stöd
På svenskpadel.se har vi kontaktvägar till hjälp
- Oro för självmord? Ställ frågan och visa att du finns kvar
Viktigt! Att fråga är att visa att vi ser personen – det är aldrig en trigger

