



Zdrowie psychiczne
to też zdrowie!

POPATRZ
POSŁUCHAJ
POŁĄCZ

PIERWSZA POMOC DLA ZDROWIA PSYCHICZNEGO:



TO PROSTY I SKUTECZNY SPOSÓB WSPIERANIA
OSÓB W KRYZYSIE EMOCJONALNYM.
UZNANY NA ŚWIECIE, REKOMENDOWANY
PRZEZ WHO.

1. POPATRZ *cang.looks*

Oceń sytuację i zapewnij bezpieczeństwo
sobie oraz osobie w kryzysie.

2. POSŁUCHAJ *cang.listens*

Uważnie, z empatią, bez oceniania.

3. POŁĄCZ *cang.links*

Pomóż w znalezieniu odpowiedniej pomocy.

TE 3 KROKI MOGĄ URATOWAĆ ŻYCIE

■ POMOCY MOŻE UDZIELIĆ KAŻDY

TAK JAK UCZYMY SIĘ PIERWSZEJ POMOCY
OFIAROM WYPADKÓW, TAK SAMO WSZYSCY
POWINNIŚMY ZNAĆ ZASADY PIERWSZEJ
POMOCY PRZEDPSYCHOLOGICZNEJ.



HELPPP.PL

MLODEGLOWY.PL



Dowiedz się
więcej na:

skanuj